Voyage au Costa Rica - Guide Pratique Evaneos.com

Créez votre voyage sur mesure avec Evaneos.com !

RESPONSABLE

Ensemble adoptons des gestes responsables :
N'imprimez que si nécessaire. Merci.

Quand partir au Costa Rica

Une destination de rêve au beau milieu de l'hiver européen.

La **meilleure période pour partir au Costa Rica** est de décembre à mai. Il fait beau et chaud (30°) sur les côtes Atlantique et Pacifque, il fait bon (20°) et humide comme toujours dans la Vallée centrale, et il ne pleut plus ou presque. Mieux vaut s'y prendre trois mois à l'avance. Le reste de l'année, vous risquez quelques averses de pluies tropicales. Et si c'était un atout après tout, avec des enfants en particulier ?

Sans compter que **d'avril à décembre, les plages sont désertes et dans les hôtels, c'est la basse saison**. La période la plus pluvieuse, de mai à mi-novembre, est certes moite mais extraordinairement verdoyante. Vos **agences locales** seront ravies de vous aider à préciser un calendrier en fonction de vos priorités.

Noël tropical

Aller passer les **fêtes au Costa Rica** est une bonne idée. Les semaines précédant Noël sentent bon les préparatifs familiaux. Pendant cette période, un événement est incontournable : les corridas, retransmises en direct à la télévision grâce à des animateurs que l'on croirait entendre commenter un match de football. Compte tenu de la **mentalité costaricienne, relax et pacifique**, les corridas sont bon enfant, prêtent à rire et à s'amuser avec ses proches. Les taureaux ne sont bien entendu jamais exécutés (la peine de mort a été abolie en 1877). En revanche à cette période, **la saison touristique bat son plein**, car les Américains du Nord (Etats-Unis, Canada) viennent en masse passer le nouvel an au soleil.

Climat Costa Rica

S'il est difficile de prévoir avec certitude la météo de vos vacances, vous pouvez compter sur le **soleil au Costa Rica**. **Il y fait presque tout le temps beau et chaud**, surtout sur les côtes.

Une rasade de soleil au beau milieu de l'hiver européen

Il n'y a que deux saisons. La **saison sèche** (« verano », été) se déroule **de fin novembre à avril** ; c'est la période pendant laquelle les hôteliers pratiquent des **tarifs haute saison**. La **saison humide** dite verte (« invierno », hiver) va du mois de **mai au mois d'octobre.**

Ici les pluies sont bien accueillies car elles arrosent la végétation luxuriante, mais si vous voulez rester au sec… évitez de choisir le **Costa Rica** pour vos vacances d'été. **Pour un séjour sans pluie, partez entre décembre et mars** mais attendez-vous à être logé au prix fort ; janvier et février sont les mois les plus doux (soleil, douceur, clarté du ciel). En mai et juin vous pourriez traverser quelques brefs orages, mais l'hébergement revient moins cher.

La température moyenne est de 22°C dans la vallée centrale et de 30°C sur les côtes.

Le Costa Rica est connu pour ses micro-climats : on peut passer d'une après-midi de chaleur tropicale à une soirée frisquette en ville. **Avoir à portée de main une petite laine et un parapluie** est recommandé, en fonction de la période et de l'itinéraire choisis pour votre voyage. Demandez conseil à votre guide francophone !

La météo mois par mois

Janvier Soleil quasi permanent, pluies occasionnelles sur la côte Atlantique

Février Soleil quasi permanent, léger réchauffement des températures

Mars Soleil quasi permanent

Avril Soleil quasi permanent

Mai Temps agréable, légère baisse des températures, début de la saison humide

Juin Temps agréable, pluies occasionnelles l'après-midi

Juillet Temps agréable, pluies occasionnelles l'après-midi

Août Temps agréable, pluies régulières l'après-midi

Septembre Temps agréable, pluies régulières l'après-midi

Octobre Temps agréable, pluies régulières l'après-midi

Novembre Temps agréable, pluies occasionnelles l'après-midi

Décembre Diminution des pluies, beau temps, début de la saison sèche.

Fêtes et évènements au Costa Rica

Des fêtes toute l'année !

- **Janvier** est marqué par les fêtes de Palmares (défilés, concert, bingo...) et d'Alajuelita (procession populaire).

- **Début février** : Ambiance rodéo, avec expositions de bovins et foires agricoles. **La Fiesta de los Diablitos**, d'origine précolombienne, se déroule à Talamanca au sein des ethnies indiennes. À la fin du mois, le carnaval de Puntarenas accueille quiconque veut s'amuser.

- En **mars et avril**, avec **la Semaine Sainte**, les processions catholiques se multiplient. **Attention, de nombreuses entreprises ferment.** Le deuxième dimanche de mars, les prêtres bénissent les animaux et les cultures.

  Le Festival International des Arts de la vallée centrale organise pièces de théâtre, concerts et expositions. A San José se déroule une fête annuelle le **19 mars**, le salon du livre, et le National Orchid Show avec plus de 1500 espèces exposées.
- Le **11 avril** , on célèbre le héros national, Juan Santamaria.

- À l'occasion de la fête du travail le **1er Mai,** le (la) président(e) adresse son « état de la nation » annuel.

- Les bateaux de Puntarenas rendent hommage à la Vierge de la mer le **deuxième samedi de juillet**.

- Le **25 juillet**, Libéria fête le choix de la province du Guanacaste de rejoindre le **Costa Rica** en 1824 avec des danses folkloriques.

- Le **2 août,** jour de la Vierge de los Angeles, patronne du pays, des milliers de pèlerins rejoignent à pied la basilique de Cartago.

- En **août**, la **semaine afro-costaricienne** est très festive.

- Le **14-15 septembre**, fête de l'Indépendance (1821), également. Le 14, une immense course de relais fait passer le flambeau de la liberté à des coureurs étudiants depuis le Guatemala jusqu'à l'ancienne capitale coloniale, Cartago. À 18 heures, tout le pays chante l'hymne national.

- Le **12 octobre** rappelle la découverte de l'Amérique. Un peu plus tard, le Carnaval de Limón s'apparente à un Mardi Gras caribéen.

- À l'approche des fêtes, **novembre-décembre** est une période propice pour assister aux défilés de boyeros (chars à bœufs peints à la main). Les événements populaires sont autant d'occasions pour les Costariciens de manger, boire, **danser et exprimer leur attachement au pays**. C'est aussi le terrain de jeu favori des pickpockets.

- **Mi-décembre**, le **Festival de la Luz illumine San Jose**, attirant des dizaines de milliers de curieux. Les corridas (non violentes) sont un spectacle bon enfant. On fête Noël et le jour de l'An en famille au cours d'une semaine où tout le monde ou presque est en vacances.

Une destination pour vous ? Oui si

...vous aimez la diversité dans un petit territoire

Sirotez du jus de noix de coco à la paille en écoutant du reggae sur la côte Pacifique un jour, partez en excursion (avec l'un de nos guides) dans la jungle le lendemain, ou sillonnez les routes de la Vallée centrale où les éleveurs circulent encore à cheval. **Dépaysement garanti**.

...vous êtes passionné de nature

Vous serez vite submergé par l'omniprésence du vert et de ses multiples tonalités. Un **voyage au Costa Rica** est un excellent choix si vous êtes un passionné de nature, car la biodiversité y représente 4,5% des espèces de la planète. C'est le pays d'Amérique Latine dont la flore est la plus variée : mangrove, jungle, forêts sèches et humides... Selon l'Institut national de la biodiversité, 10 000 espèces de plantes poussent dans le sol costaricien. **Si vous avez besoin d'un grand bol d'air, vous avez trouvé l'endroit idéal !**

...vous êtes un ami des animaux

Prenez vos jumelles, consulez nos guides spécialisés et **venez au Costa Rica** découvrir une infime partie des espèces qui y sont répertoriées : 81 000 races d'animaux dont 850 sortes d´oiseaux, 205 de mammifères, 220 de reptiles et 160 d'amphibiens.

...vous êtes sportif et aventurier

Du surf au rafting en passant par l'accrobranche, les circuits dans la jungle ou les excursions en 4x4, il n'y a pas meilleur endroit que le **Costa Rica** pour réveiller l'Indiana Jones qui sommeille en vous (et vos enfants).

...vous êtes pacifiste

Partisans du **développement durable** et écologistes de la première heure, antimilitaristes convaincus, les Costariciens ont bâti leur pays avec un attachement sincère, visible et engagé pour la paix. L**'esprit résolument pacifiste du Costa Rica** vous séduira!

Une destination pour vous ? Non si

...vous souhaitez des vacances urbaines

L e **Costa Rica** offre tant de possibilités de détente et de loisirs qu'il est difficile d'imaginer quel touriste n'y trouverait pas son compte. Toutefois, ce n'est sans doute pas la destination idéale si vous souhaitez passer des vacances urbaines, intellectuelles, ou gastronomiques.

...vous souhaitez prendre des cours

Notamment, si vous souhaitez enrichir votre savoir académique et appréciez qu'un conférencier vous apporte chaque jour un nouvel éclairage historique sur les vestiges du passé, vous trouverez sans doute plus facilement votre bonheur ailleurs.

...vous souhaitez découvrir une nouvelle gastronomie

De même, les fins gourmets aimant découvrir les mille et un raffinements de la gastronomie locale risquent d'être déçus.

...vous êtes un peu froussard sur les routes

Vous n'êtes pas rassuré en voiture et craignez de frôler l'accident dès que le bitume n'est pas lisse, ou de vous perdre faute de panneaux indicateurs précis ? Mieux vaut opter pour une destination plus balisée. Et si vous êtes un citadin n'aimant rien tant que fouler les pavés en vacances, passez votre chemin.

...vous êtes insomniaque

Par ailleurs, vous risquez d'avoir du mal à vous reposer si vous ne pouvez pas fermer l'œil à moins d'un silence complet. Et de devoir rester en permanence sur vos gardes si jamais vous êtes allergique – au sens propre ou figuré – aux piqûres d'insectes.

...rigueur et organisation sont de mise pour vos vacances

Vous souhaitez trouver dans l'organisation de vos vacances la rigueur dont vous faites preuve au travail ? Faites appel à nos **agences locales** si vous n'avez pas la patience de confronter vos habitudes aux réponses tout en nuances (« peut-être », « on verra », « plus tard »...) des destinations caribéennes.

5 raisons d'aller au Costa Rica

Réserve de Monteverde - Costa Rica

Plongerdans la végétation de la réserve biologique de Monteverde

Cette **zone protégée** de 5 000 hectares, créée en 1972, se trouve à une centaine de kilomètres au nord-ouest de **San José** sur la cordillère de **Tilaran**. On y accède en 4x4 par des pistes partant de **Tilaran** ou de la Panaméricaine.

La réserve de Monteverde est célèbre pour sa **forêt de nuages**. C'est un sanctuaire de protection de la flore et de la faune. De multiples sentiers balisés permettent de **circuler librement dans la forêt tropicale,** avec ou sans guide (préférez les visites diurnes aux visites nocturnes).

A faire

Le parc offre aussi **une multitude d'activités** pour les grands et les petits, comme la jungle des chauve-souris, la réserve de grenouilles (ranario) et de serpents (serpentario) ou le **jardin des papillons**. Le domaine permet également des balades à cheval. La cime des arbres peut être explorée en **tyrolienne**. Et pour ceux qui souhaitent prendre le temps de la découvrir à pied, un parcours de 1km de **ponts suspendus** offre une **merveilleuse promenade en toute sécurité au-dessus de la canopée** (sky walk).

Infos pratiques

Tarif : non résidents adultes : 17 USD, enfants : 9 USD ; résidents adultes: 5 USD.

Ouvert tous les jours de 7h30 à 16h

Téléphone du parc : (00 506) 2479 8811

Site Internet http://www.monteverdeinfo.com

Parc Corcovado

ParcCorcovado : Jurassic park comme si vous étiez

Le parc national Corcovado, avec ses 54 500 hectares de paysage accidenté, offre un décor idéal à ceux qui viennent au **Costa Rica** pour jouer les aventuriers. Il se trouve au sud ouest du pays et longe l'océan Pacifique sur plus de 50 km, dans la **péninsule d'Osa**.

L a **péninsule d'Osa** est protégée depuis 1975. Cette zone a toujours attiré les chercheurs d'or, à commencer par les Espagnols qui convoitaient le métal précieux travaillé par les indigènes. Après des siècles d'exploitation en dents de scie, elle a connu un regain d'attrait chez les orpailleurs dans les années 80 (voir *Oro* de Cizia Zyke).

Qualifié par le National geographic de **« lieu biologiquement le plus intense de la planète »**, le **Corcovado** reste **préservé du tourisme de masse**. Il contiendrait 500 espèces d'arbres, 285 espèces d'oiseaux, 116 d'amphibiens et reptiles et 139 de mammifères. Réputé pour sa faune sauvage (oiseaux, reptiles, tapirs, singes... même des jaguars), il l'est aussi pour son isolement : une seule route longe la côte, et il n'y a qu'un sentier à l'intérieur.

Côté mer

Côté littoral, vous trouverez **plages désertes**, puis des rivières et des cascades. Dans les terres, préparez-vous à une longue **randonnée dans la forêt tropicale** : ici on marche en silence, en observant et en écoutant la nature dans une atmosphère chaude et humide.

Si vous arrivez par le nord, de nombreux hôtels se trouvent à **Bahía Drake**, la baie qui porte le nom du célèbre corsaire britannique du XVIème siècle. Les pros de la randonnée peuvent entrer par Carate. Depuis **San José**, rejoignez plutôt l'entrée de Puerto Jiménez.

D'après la légende, **Puerto Jimenez** a été fondée par des détenus de droit commun mis à l'écart. Les taxis collectifs partent de cette ville, où il est recommandé d'arriver de bonne heure afin de rejoindre au plus tôt La Sirena, point d'entrée du parc par voie maritime.

D'après la légende, Puerto Jimenez a été fondée par des détenus de droit commun mis à l'écart. Les taxis collectifs partent de cette ville, où il est recommandé d'**arriver de bonne heure** afin de rejoindre au plus tôt La Sirena, point d'entrée du parc par voie maritime.littoral, vous trouverez plages désertes, puis des rivières et des cascades. Dans les

terres, préparez-vous à une longue randonnée dans la forêt tropicale : ici on marche en

silence, en observant et en écoutant la nature dans une atmosphère chaude et humide.

Si vous arrivez par le nord, de nombreux hôtels se trouvent à Bahía Drake, la baie qui porte

le nom du célèbre corsaire britannique du XVIème siècle. Les pros de la randonnée peuvent

entrer par Carate. Depuis San José, rejoignez plutôt l'entrée de Puerto Jiménez.

D'après la légende, Puerto Jimenez a été fondée par des détenus de droit commun mis à

l'écart. Les taxis collectifs partent de cette ville, où il est recommandé d'arriver de bonne

heure afin de rejoindre au plus tôt La Sirena, point d'entrée du parc par voie maritime.

Recommandations

Quelques recommandations s'imposent en prévision d'un **séjour au Corcovado** : mieux vaut éviter la saison des pluies, **préférer l'accompagnement d'un guide**, ne pas oublier une cape de pluie (poncho), des sacs poubelle, une lampe de poche et de la lotion anti-moustique.

Il faut réserver sans faute l'entrée dans le parc plusieurs jours à l'avance. De plus, compte tenu de la longueur des trajets, il est conseillé de passer au moins une nuit sur place. Aussi, **l'aide de vos guides locaux francophones se révélera particulièrement précieuse** pour organiser une **excursion au Corcovado**, car l'accès à ce parc nécessite une préparation légèrement plus complexe que d'autres sites du **Costa Rica.**

Isla Del Coco

Explorer la forêt tropicale...

Rattachée à la province de Puntarenas, cette **île volcanique** de 24 km² se trouve à 550 kilomètres au sud-ouest de la côte occidentale du **Costa Rica**.

En 1881, l'écrivain écossais Robert Louis Stevenson s'inspira de **Isla del Coco** pour écrire l'histoire de son *Île au trésor*. Elle a d'abord été découverte par des marins au début du XVI ème siècle. Surnommée « Émeraude du Pacifique » ou « **île aux Trésors** », elle a accueilli de nombreux pirates qui cachaient leurs butins pillés aux Espagnols dans ses grottes. Logiquement, les chasseurs de trésors des quatre coins du monde s'y sont ensuite risqués par centaines jusqu'en 1997, date à laquelle l'île a été **classée au Patrimoine mondial de l'UNESCO**. Autour de l'île, une aire marine protégée a été tracée puis classée à son tour cinq ans plus tard.

Isla del Coco abrite en effet **une flore sous-marine exceptionnelle,** connue des plongeurs du monde entier. Ils explorent les fonds sous-marins autour de l'île, où évoluent des requins-marteaux, des dauphins, des fausses orques et des baleines.

...et le sanctuaire sous marin de la Isla del Coco

La rencontre entre l'île et **l'écosystème marin** constitue un laboratoire de biodiversité extraordinaire. Des oiseaux marins (noddis, fous, mouettes) trouvent refuge sur les îlots alentour. C'est la seule île du Pacifique tropical oriental dotée d'une forêt tropicale humide.

Isla del Coco est un Parc national protégé du Costa Rica. Un tiers du territoire est fermé au public et le reste se visite selon des circuits contrôlés par les autorités. Quelques sentiers permettent de découvrir des forêts remplies de toutes sortes d'arbres géants.

L'homme n'y a jamais vécu de façon permanente. Encore aujourd'hui, **on ne dort pas sur l'île** car seuls de brefs débarquements y sont autorisés.

Sachez que de mai à octobre, l'île est baignée de pluie et de brouillard. Une excursion s'organise plusieurs mois à l'avance avec des agences de croisière. Comptez une trentaine d'heures de bateau pour vous rendre sur place et un budget d'au moins 1500 €. Pour organiser votre séjour, pensez à consulter les forums de plongeurs sur Internet, et surtout à faire appel à vos agences locales qui s'occuperont volontiers de vos réservations.

Puerto Viejo

Selaisser bercer par la langueur caraïbe de Puerto Viejo

Au sud est du Costa Rica, la zone littorale qui relie Puerto Limon à la frontière panaméenne semble tout entière **vouée à la détente**.

Étape incontournable avant de se rendre à Cahuita et Puerto Viejo, le port bananier de Puerto Limon n'a que peu d'intérêt. Mais remarquez en face la petite **île de la Uvita**, dont Christophe Colomb fut le premier Européen à fouler le sol le 18 septembre 1502.

Parce que les colons espagnols n'osèrent pas trop s'y aventurer, cette **côte sauvage** resta isolée jusqu'à la fin du XIXème siècle. Les pirates profitèrent de cette absence pour s'y installer. En 1880 le chemin de fer de l'Atlantique la relia enfin au reste du pays et Puerto Limon devint un **important port d'exportation du café**. Déjà berceau d'une importante communauté chinoise, la ville accueillit une forte main d'œuvre jamaïcaine. Celle-ci apporta à la culture nationale sa cuisine épicée, son reggae et sa langue anglaise encore tout à fait perceptible dans le patois créole d'aujourd'hui.

Rester "cool"

La région vit désormais du tourisme. De nombreux petits commerces ont été ouverts par des Européens tombés amoureux du coin. Ils en ont fait un **endroit à la mode**.

Le village de **Puerto Viejo** s'offre au visiteur comme une **oasis dédiée à la "cool attitude".** On trouve de tout, même un **hamac hôtel** dans ce paradis des surfeurs, des rastas et des backpackers ! Sans oublier quelques gigolos prêts à conter fleurette aux Européennes ou aux "Gringas" de passage.

La posture internationale des lieux a quelques avantages (nombreux bars et restaurants, multiple activités) mais aussi des inconvénients (menus et tarifs "spécial touristes"). L'âme du Costa Rica se serait-elle perdue à Puerto Viejo ? Pour vous faire une idée, comparez avec le village voisin de **Cahuita**, un peu moins animé mais plus authentique et somme toute, encore plus relax. En octobre, son festival transforme Cahuita en **royaume des rastas**.

Profiter des plages paradisiques

Bordant l'Atlantique, **les plages paradisiaques sont suffisamment nombreuses pour être quasiment désertes**, mais elles ne permettent pas toujours de se baigner. À Cahuita par exemple, on préfèrera les pique-niques ou le cerf-volant sur la large **Playa negra**. Les courants marins font par contre le bonheur des surfeurs, qui connaissent tous sa célèbre vague "salsa brava". Les plongeurs aussi sont heureux ici, avec le récif corallien du Parque nacional de Cahuita. Au sud de **Puerto Viejo**, la vallée de Rio Sixaola bordée de bananeraies rejoint l'intérieur des terres et ses réserves indigènes.

Le climat est chaud et humide toute l'année, surtout de mai à août et en décembre-janvier. Attention, durant ces périodes les routes sont souvent boueuses, donc moins praticables. Demandez conseil à votre agence locale. Elle vous proposera des tas d'**activités originales pour agrémenter la détente** : excursion en bateau à fond transparent ou au jardin botanique, balade à cheval, tour chez les Indiens bribris... sans oublier de faire le plein de coquillages et crustacés.

Pura Vida Costaricienne

Adopter l'esprit «pura vida » des Costariciens dans le pays le plus heureux du monde

Marre de la grisaille, vous recherchez plages, soleil et verdure pour changer d'air ? vous trouverez tout cela au **Costa Rica**, et mieux encore : la « **pura vida** », « pure vie » ou le **bon esprit affiché en toutes circonstances**. Voilà qui assure de bonnes vacances !

Les Costariciens sont conscients de la nature originale de leur patrie, **oasis de bien-être, sans misère ni guerre,** au milieu d'un continent souvent troublé.

Ce n'est pas pour rien que le **Costa Rica** est régulièrement classé en tête des pays où il fait le mieux vivre. Il a même été consacré « **pays le plus heureux du monde** » en 2011 et en 2012 par le Happy Planet Index, créé par la New Economics Foundation qui prend en compte le bien être de la population et ses incidences sur l'environnement. Quasiment équilibré entre ressources naturelles disponibles et ce qui est consommé, l e **Costa Rica** affiche la volonté de devenir le premier pays du monde neutre en carbone en 2021. Selon cette étude, **85% des Costariciens interrogés affirment être heureux** et satisfaits de leur vie.

Une bonne humeur en toutes circonstances

Contrairement à d'autres secteurs de l'économie touchés par la crise, le tourisme se maintient bien au **Costa Rica**. Les visiteurs sont chaleureusement accueillis et la plupart du temps, **le service est de bonne qualité**. Généralement plus enclins à s'intéresser à la situation interne de leur pays qu'à la conjoncture internationale, **les Costariciens tiennent par-dessus tout à l'harmonie de leur société.**

Totalement imperméables au conflit, les « ticos » pratiquent la **bonne humeur** en toutes circonstances. Ils sont sincèrement bienveillants et toujours polis. Ils ne diront jamais rien pour vous contrarier, quitte à répondre « je ne sais
pas » ou « peut-être » même quand vous avez besoin d'entendre « oui » ou « non ». Quoi qu'il arrive, **gardez le sourire**. C'est ce qui permet aux Costariciens de vivre si longtemps (espérance de vie : 78,5 ans).

Votre guide francophone saura vous aiguiller dans le choix du parcours. Entre les festivals de Puntarenas ou de Limon, les promenades en pleine nature aux pieds des volcans Arenal ou Poàs**,** les activités ludiques au bord de l'océan ou dans la jungle, les occasions ne manquent pas pour **rire, profiter du sentiment d'insouciance que procurent les vacances, et faire le plein d'énergie positive.**

Alors, prêt à oublier vos soucis du quotidien ?

Budget - Costa Rica

Le **budget de votre voyage** dépend du type d'hébergement que vous choisirez, des endroits que vous visiterez, des activités et surtout de la période (haute saison de novembre à avril). **Un séjour bien préparé est plus économique** : demandez conseil à votre guide francophone !

Les prix donnés ci-dessous sont indicatifs. Ici indiqués en euros (EUR), ils sont sur place affichés en colones (CRC) ou en dollars américains (USD).

Voyager confortablement sans se ruiner

Si le **Costa Rica** a tout l'air d'un paradis, il ne l'est pas pour les routards, qui optent plutôt pour le Panama (au sud) ou le Nicaragua (au nord). Depuis 10 ans, le pays a subi une inflation de presque 20 % annuelle à cause de l'afflux de capitaux et d'investissements touristiques. Sans que les touristes ne s'en rendent compte, cette période, marquée par une tendance à la dollarisation de l'économie, a aussi engendré une précarité inconnue des Costariciens jusqu'alors. Plus qu'ailleurs dans la région, l'écart se creuse entre riches et pauvres. On peut comparer les prix actuels du Costa Rica à ceux de l'Espagne ou de l'Italie. Bref, voyager aujourd'hui au **Costa Rica** revient plus cher qu'hier... mais moins que demain !

Depuis la France, ce qui coûte le plus cher est le vol. Puis, les activités que vous choisirez. La **nourriture n'est pas chère**, **l'hébergement propose des formules pour tous budgets** et le transport aussi puisqu'il est possible de se déplacer en bus comme en voiture. Pour le reste :

- Séjour organisé, tout compris : 1800 €.
- Vol AR : 900 € en moyenne au départ de Paris
- Location d'un 4x4 pour 2 semaines : 574 € + rachat de franchise + assurance vol + conducteur supplémentaire : 204 € = 778 €. Prix du Super : 0,80 € / litre.
- Bus de San José à Puerto Limon : 3 €
- Taxi depuis ou vers l'aéroport : 40 €
- Nuit dans un hôtel de moyenne gamme : 15 - 20 €
- ***Nuit dans un écolodge*** *** : 35 à 60 €
- Nuit dans un lodge au parc Corcovado : 110 € en pension complète
- Locations d'une « cabina » (bungalow) pour trois personnes par semaine : 90 €

- Entrée dans un parc national : 7,5 €, gratuit pour les moins de 12 ans.
- Entrée dans une réserve de papillons Spirogyra Butterfly Farm : 5 €
- Plat du jour (casado) dans une soda (petit resto de quartier) : 4 à 6 €
- Café, bouteille d'eau, bière, soda : 2 à 4 €.

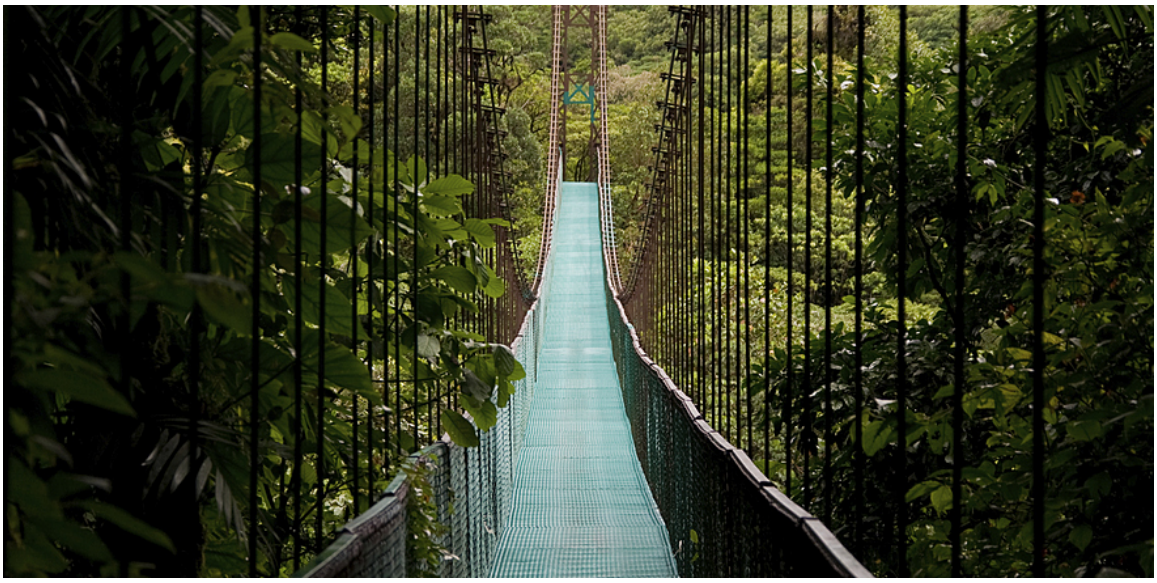
Coût par jour (hors activités) : chambre double + repas + transports : environ 22 € /personne.

Adaptez vos activités au budget

Exemples d'activités recommandées au Costa Rica :

- Canopy tour de 2 heures : 30 à 60 € par personne
- Plongée : 40 € par personne
- Tyrolienne dans les arbres : 40 € par personne

Sources chaudes à **La Fortuna** au pied du ***volcan Arenal*** (demi-journée au spa de l'hôtel Tabacon) : 50 €. Ambiance moins « gringo » et plus « tico » garantie dans les bains publics gratuits à droite de la route allant de **La Fortuna** vers le volcan.



Quelques trucs pour voyager moins cher

Il y a un tas de choses à faire sans trop dépenser au **Costa Rica**

- une promenade au marché central de **San José**
- un tour au marché des producteurs d'Escazú (samedi) ou de Santa Ana (dimanche)
- aller voir les animaux du **zoo Simon Bolivar** au centre de San José
- pique-niquer comme les Costariciens, qui ne se déplacent jamais sans leur glacière. Cabinas et hostels disposent souvent de cuisines individuelles ou collectives.
- participer à un « coffee tour » chez un producteur local de café
- boire des jus de fruits au restaurant, moins chers que les sodas
- louer une tente (4 €) ou un hamac (3 €) pour la nuit (Puerto Viejo)
- faire du volontariat sur un site touristique en échange du gite et du couvert (woofing)
- aller à la plage !

Bon à savoir : il y a des distributeurs de billets dans toutes les villes importantes. Visa et Mastercard sont acceptées quasiment partout. On peut souvent payer en dollars.

Itinéraire - Costa Rica

1 semaine au Costa Rica

Un parcours d'environ 600 km reliant **San José** à Tamarindo, à l'ouest sur la côte Pacifique, permet de découvrir des volcans, de la forêt tropicale et des plages magnifiques. Première étape à **La Fortuna** où se trouvent le **Volcán Arenal** et ses sources chaudes. Arrêt suivant à la réserve de **Monteverde** pour marcher dans les nuages (voir *Incontournables*). Après avoir traversé les bourgades de Cañas et Guaitil, et le **grand pont La Amistad**, vous arriverez au bord du Pacifique où une délicieuse session détente vous attend à **Playa Tamarindo**.

2 semaines au Costa Rica

Un **circuit reliant San José à Manuel Antonio** permet de pratiquer la marche et la plongée tout en faisant le plein de paysages aussi sublimes que variés. Sur la route qui descend de la capitale vers le sud, l'Interamericana, faites un premier arrêt à Cartago où les sous-sols de la basilique réservent quelques surprises. Plus au sud, à **San Isidro de El General** (appelée aussi Pérez car c'est la capitale du canton de Pérez Zeledón) voit se croiser les éleveurs et agriculteurs de toute la vallée. Tournez à gauche et vous serez bientôt au **Cerro Chirripó**, point culminant du pays à 3 820 m d'altitude. De multiples randonnées sont proposées dans le coin. Tournez à droite et vous arriverez très vite à l'océan Pacifique, à **Dominical** où les vagues séduisent les surfeurs du monde entier. Non loin de là se trouve le parc Manuel Antonio, le parc le plus populaire du **Costa Rica**. Il n'est pas grand, mais permet des promenades agréables, des rencontres avec quelques espèces rares (paresseux, oiseaux) et la vue sur des paysages à couper le souffle.

3 semaines au Costa Rica

C'est la durée idéale pour **découvrir le Costa Rica** "con tiempo", avec le temps. Une seule route traverse le pays d'est en ouest, il faudra donc nécessairement passer plus d'une fois par **San José**. Ne vous y éternisez pas : il y a quelques **belles choses à voir** (Museo Nacional, Barrio Amón), mais cela ne vaut pas l'**enchantement promis partout hors des villes**.

Grâce à la longueur de votre séjour, les richesses sauvages de certaines zones un peu reculées telles que la **péninsule de Nicoya**, voire la **péninsule d'Osa** au sud-ouest, deviennent accessibles. À l'est côté Atlantique, vous aurez également le temps de visiter **Tortuguero** et la province caribéenne au sud de Limón avec ses villages de pêcheurs, de surfeurs et de rastas : Cahuita et **Puerto Viejo**.

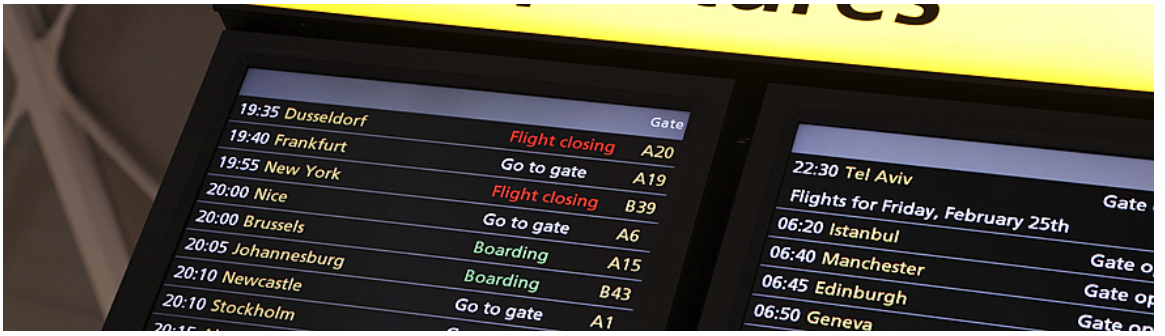
Il est aussi possible de compléter **deux semaines au Costa Rica** par un crochet au Panama ou au Nicaragua voisins (pas de problème de visa a priori). De nombreuses excursions sont proposées depuis San José et les régions frontalières.

Bon voyage !

A savoir avant de partir au Costa Rica

Prévoyez la bonnepériode

Hôteliers et autres prestataires de services pratiquent des tarifs **haute saison de novembre à avril**. À cette période vous croiserez de nombreux touristes, surtout Nord-Américains.



Dans vos bagages

- Confectionnez soigneusement votre trousse à pharmacie, surtout si vous comptez jouer les **Indiana Jones en herbe** : paracétamol, antiseptique, gaze, sparadrap, pansements, anti-diarrhéique, crème solaire, épingles à nourrice et surtout lotion antimoustique (jour et nuit).

- Choisissez vos chaussures et vêtements en fonction des activités prévues. En plus des sandales, prévoyez des chaussures de marche (randonnée), voire des bottes en plastique. Emportez au moins une panoplie de vêtements longs (pantalon, pull, chaussures fermées) pour le soir. Il fait chaud et humide : préférez le coton et le lin aux synthétiques. Emportez un poncho / Kway et une polaire, utiles en cas d'averse ou en altitude. **Optez pour des tissus légers** (pantalon en lin plutôt que jean, par exemple) **qui sèchent rapidement**. Même conseil pour la plage : préférez le pareo à la serviette de bain.

- Pour recharger vos batteries, **équipez-vous d'un adaptateur électrique type prise USA** (en vente dans les magasins d'électroménager).

- **Accessoires indispensables** : appareil photo, casquette/chapeau, lunettes de soleil, gel antiseptique, mouchoirs en papier (inconnus des Costariciens qui ne se mouchent jamais en public).

- **Accessoires malins** en option : gourde, paire de jumelles, pochettes plastiques type Ziploc banane et/ou ceinture cache-billet, moustiquaire, fil pour les lunettes (rafting), petit cadenas. Enfin, pour plus d'autonomie, munissez-vous si vous le souhaitez d'un téléphone portable désimlocké dans lequel vous pourrez insérer une carte SIM locale en arrivant.

Conseils de vol

Répartissez judicieusement vos affaires entre bagage en soute et bagage à main. Il est toujours conseillé de voyager avec quelques affaires de rechange afin d'être équipé en cas de retard des valises. Gardez pour la soute les flacons de liquide supérieurs à 100ml (quantités inférieures admises si elles sont placées dans un sachet plastique transparent), les objets coupants (ciseaux, coupe-ongle, rasoir, couteau suisse), briquets/alumettes et lampe de poche. Si vous voyagez avec des médicaments, ayez l'ordonnance sur vous.

Ultimes vérifications avant le départ

- Vérifiez vos documents de voyage : passeport, permis de conduire (pas besoin de permis international pour un séjour inférieur à 90 jours). Emportez une copie de chaque.
- Protégez votre argent liquide.
- Histoire de prendre la température de la situation à votre arrivée, jetez un œil sur les sites du Ministère des affaires étrangères français, celui de l'institut du tourisme costaricien et sur celui du premier quotidien du Costa Rica, La Nacion .

Bon voyage !

Costa Rica : Précautions sanitaires

Si les **conditions sanitaires du Costa Rica sont bonnes**, quelques précautions d'usage s'imposent. Elles n'empêchent pas de contracter une **assurance voyage**, maladie et rapatriement. Consultez votre **agence locale** pour toute question relative aux conditions sanitaires des zones où vous avez prévu de séjourner.

Un aventurier prudent en vaut deux

Pour pratiquer bateau, raft, surf, tyrolienne, promenade dans la jungle... veillez à bénéficier **d'un encadrement professionnel**.

En principe l'eau du robinet est potable. Si vous avez l'estomac sensible, buvez plutôt de l'eau en bouteille et commandez des plats chauds au restaurant afin d'éviter les risques de diarrhée du voyageur.

Aucune vaccination n'est requise pour entrer au **Costa Rica**. Veillez néanmoins à actualiser les vaccins universels : diphtérie, tétanos, coqueluche, poliomyélite, hépatite B, et rage si vous partez vraiment à l'aventure. L'idéal est d'avoir systématiquement avec soi le carnet de vaccinations internationales (délivré gratuitement par l'Institut Pasteur ou le centre Air France).

Soleil,plage et bestioles

Certains risques pour la santé sont liés à l'exposition au soleil et à la chaleur, surtout pour les enfants et les personnes âgées. **Couvrez-vous la tête, protégez votre peau et vos yeux.** Vérifiez si vos médicaments sont photosensibilisants.

Les Costariciens savent si bien que l'océan est dangereux que certains prennent garde à ne jamais lui tourner le dos. Les courants provoquent plusieurs noyades chaque année, surtout côté Pacifique. Panneaux et maître-nageurs sont rares : vous vous baignez sous votre responsabilité.

Vous arrivez au **royaume des insectes** en particulier dans la jungle. Aussi, de jour comme de nuit, des protections anti-moustiques (lotion et moustiquaire) sont indispensables. Un traitement préventif contre le paludisme à base de chloroquine est recommandé (pays du groupe 1) si vous prévoyez de vous rendre près de Limón et/ou en zone rurale. Dans les provinces du Guanacaste, de Puntarenas et de Limón, près des eaux stagnantes, attention aux risques de dengue, dont les cas ont augmenté fin 2009.

Formalités d'entrée au Costa Rica

Pas de visa pour les Français

Pour un séjour touristique de moins de 90 jours, **aucun visa n'est demandé** aux Français, ressortissants de l'Union européenne ou Suisses. Le passeport doit être valable six mois mois après le retour. Un billet de retour ou de continuation est obligatoire.

Les Français comptant demeurer sur place au-delà de trois mois et/ou demander le statut de résident doivent prendre leurs dispositions avant d'arriver. Rester sur place au-delà de ce délai est passible d'amende, voire d'expulsion et par conséquent, d'interdiction d'entrée sur le territoire pendant dix ans.

Le passeport est la seule pièce d'identité reconnue universellement pour voyager d'un pays à l'autre. En théorie, les autorités locales de l'immigration exigent que les étrangers circulent en possession de leur passeport, mais en pratique une copie de la page d'identification et de celle du tampon d'arrivée est acceptée.

Formalités de vol et de transit

Les vols les plus usités pour se rendre au **Costa Rica** depuis la France passent par l'Espagne ou les États-Unis. Cette option comporte des contraintes particulières. Depuis 2010 il n'est pas possible de voyager aux USA, ni d'y transiter, sans être muni de l'Autorisation Électronique de Voyage (**ESTA**) requise par le Département de Sécurité Nationale. Valable deux ans, elle coûte 14 USD et s'obtient par Internet. C'est une procédure simple dont il est conseillé d'avoir une attestation sur soi lors des trajets en avion. Pour rappel, les enfants transitant par les États-Unis doivent avoir leur propre passeport quel que soit leur âge.

Vérifiez les exigences de la compagnie aérienne concernant la validité des passeports, car elles peuvent être plus strictes que les règles d'entrée du pays.

Ultimes formalités

Les voyageurs devront présenter une preuve de vaccination contre la fièvre jaune s'ils arrivent d'un pays où sévit cette maladie.

À leur sortie du territoire, les touristes doivent s'acquitter d'une **taxe de sortie** de 28 dollars US (payables en dollars ou en colones, en espèces ou carte bancaire).

Les plus soucieux du détail peuvent consulter tous les décrets officiels relatifs aux **formalités d'entrée au Costa Rica** sur le site Internet www.costaricalaw.com.

Ces informations s'appliquent aux détenteurs de passeports ordinaires. Par ailleurs, les conditions d'entrée et de sortie pouvant toutefois changer à tout moment, il est recommandé aux voyageurs français de **se renseigner auprès de l'ambassade** du Costa Rica (www.ambassade-costarica.org / Tél : 01 45 78 96 96) avant de partir.

Politesse et usages au Costa Rica

Au Costa Rica, on est courtois

Les Costariciens sont extrêmement polis. Il est d'usage de se **serrer la main** (pas trop fort) et entre amis, de se faire une bise sur la joue droite. Une fois le contact établi, les ticos se montrent affectueux et n'hésitent pas à utiliser des surnoms: ne vous offensez pas d'être appelé Negro si vous êtes bronzé ! On utilise le « usted » et, pour les proches, le « vos » au lieu du « tu » utilisé en Espagne.

L'hospitalité est une qualité chère aux Costariciens, qui tiennent à être à la hauteur de leur réputation. Ils veulent vous faciliter la vie : profitez-en.

Pas de pourboire (propina), mais regardez bien la colonne des prix TTC.

Tout sauf la confrontation

¡Pura Vida! Une approche tranquille est conseillée en toutes circonstances. Ici, la franchise n'est pas une vertu. Prenez le temps d'échanger quelques paroles de politesse avant toute chose (« small talk »). N'adoptez pas d'attitude frontale, acceptez qu'un tico ne dit jamais non. Et si jamais la moutarde vous monte au nez, relativisez et laissez-vous séduire par la langueur tropicale...

Au Costa Rica, on demande son chemin

Même à **San José**, les rues n'ont ni nom ni numéro, ou bien personne ne les connaît. On se repère par rapport à des bâtiments connus de tous : « Curridabat, de la Mistubishi 200 S 50 E » est l'adresse de **l'ambassade de France**. Comprendre : nom du quartier, à 250 m au sud-ouest (deux pâtés de maisons à droite) du concessionnaire. Heureusement pour les facteurs, il n'y a pas deux maisons de même couleur, et les familles ont des boîtes postales. Les rues forment un quadrillage et il suffit de demander, donc c'est plus simple qu'il n'y paraît. Les lieux accueillant les touristes font en sorte d'être repérables.

Liens utiles - Costa Rica

Préparez votre voyage au Costa Rica avec Evaneos.com

Si vous habitez Paris, vous pouvez passer à l'ambassade (**Ambassade du Costa Rica**, 4, square Rapp Paris 7e, métro Ecole Militaire, 01 45 78 96 96 récupérer des plans format « poche » qui seront fort utiles lors du voyage. D'autres documents à télécharger sont disponibles sur ce site Internet qui propose également des cartes, des indications météo, des informations sur les horaires des bus, les sites à visiter, etc.

La page de l'office du tourisme costaricien sur laquelle on navigue facilement, est très complète. Voyez aussi la page en français.

Le Ministère des Affaires Etrangères donne aussi de bons conseils.

Si vous parlez anglais ou espagnol, une multitude de sites Internet est à votre disposition pour préparer votre voyage, à commencer par celui du bureau du tourisme et celui de la chambre de commerce.

Renseignez-vous sur le **Guide de voyage Evaneos** et comptez sur votre **agent local Evaneos** pour toute question de réservation ou d'organisation.

Traditions et savoir vivre au Costa Rica

Les traditions familiales sont le socle du Costa Rica

La famille est une valeur centrale ici. Par politesse, on vous pose facilement des questions sur votre situation matrimoniale et familiale. Les ticos passent le week-end en famille, et multiplient les services et activités ensemble. Être accueilli par une **famille costaricienne** est ce qui peut vous arriver de mieux pendant votre séjour.

La place de la morale

Comme leur environnement, les hommes et les femmes sont soignés. Il est de bon ton de faire preuve de discrétion, aussi les femmes n'ont pas intérêt à porter des tenues trop provocantes. Il est fréquent de s'entendre dire en partant
« que Dios le bendiga » (« que Dieu vous accompagne »). Le catholicisme est religion d'Etat, il est donc normal de voir les drapeaux du Costa Rica et du Vatican entourer l'autel des églises. Elles ne désemplissent pas le dimanche. Y faire un tour permet de mieux comprendre le pays. Par contre, évitez l'humour noir et/ou anticlérical. Le sexe en général est tabou.

Un comportement écologique en toutes circonstances

Ne vous avisez pas de jeter un papier par terre ou d'oublier d'éteindre une lumière !

Le respect de l'environnement s'apprend au biberon. Surtout, les ticos sont fiers de leur patrie, ce joyau écologique affichant une stabilité et une prospérité contrastant avec la situation des pays voisins. Ils en prennent soin. Du coup, partout, c'est propre. Depuis mars 2012 lieux publics, restaurants et bars, sont non fumeurs.

Pas si anecdotique : on ne se mouche pas en public

Les Costariciens sont consternés de voir des étrangers se moucher en public. Ici on sort de table, ou en classe on lève le doigt pour sortir. Les mouchoirs en papier sont d'ailleurs quasiment introuvables, pensez-y en faisant vos bagages.

Sécurité - Costa Rica

Dangers liés à la délinquance

Quoique sans commune mesure avec d'autres pays d'Amérique centrale, la criminalité n'est pas négligeable au Costa Rica. Les forces de l'ordre, en particulier la **Policía Turística**, veillent à la sécurité des étrangers.

Pour les touristes, les larcins sont plus à craindre que les crimes violents , mais les délinquants ont de plus en plus tendance à recourir à la violence pour arriver à leurs fins. Aussi, il vaut mieux **éviter d'avoir sur soi un passeport (préférez une copie), de grosses sommes d'argent, des bijoux ou un appareil photo dernier cri**. Ne laissez pas d'effets personnels sur la plage. Utilisez les coffres-forts des hôtels.

Ne laissez rien de visible dans votre voiture et stationnez plutôt dans un parking surveillé. Verrouillez les portes de l'intérieur et soyez vigilant à l'arrêt, notamment aux feux rouges.

Préférez les transports publics et taxis officiels. Les bus et leurs stations sont propices au vol**.** Fermez vos bagages avec un petit cadenas dissuasif et gardez vos sous dans une ceinture porte-monnaie. **En cas de pépin, ne résistez pas**.

Les secteurs où appliquer une vigilance accrue sont : **San José, Tamarindo, Jaco, Quepos** et **Manuel Antonio** sur la côte Pacifique, et Puerto Viejo et Puerto Limon sur la côte caraïbe.

Dangers liés aux risques naturels

Le **Costa Rica** est la cible de catastrophes naturelles (tremblements de terre, éruptions volcaniques, inondations…) De mai à novembre (saison des pluies) les orages sont fréquents, soudains et violents. Les routes peuvent être coupées à cause de glissements de terrain. Informez-vous auprès de votre guide francophone.

Les tremblements de terre sont courants. Quoiqu'impressionnants, ils causent rarement de gros dégâts. **Repérez les consignes de sécurité** et points de rassemblement dans les lieux publics, comme les Costariciens. Chez eux, ils laissent la clé sur la porte à l'intérieur pour pouvoir sortir rapidement. Si vous êtes seul et sentez le sol trembler, sortez dans la rue en prenant garde aux poteaux ou placez-vous sous l'encadrement d'une porte.

Pratiquez les activités extérieures (bateau, rafting, tyrolienne…) auprès d'**agences recommandées** par votre guide. Ne vous aventurez pas dans la jungle sans être accompagné. Sur les deux côtes, des noyades surviennent chaque année à cause des contre-courants. Peu de plages comportent des avertissements, encore moins de surveillants.

Renseignez-vous !

Numéros utiles

Urgences : 911

Croix Rouge costaricienne : 128

Ambassade de France : 00 506 234 41 67

Comision Nacional de Emergencias : 00 506 22 20 20 20

Observatoire Vulcanologique et Sismologique : 00 506 22 61 07 81.

Adresses utiles - Costa Rica

Afin de préparer au mieux votre voyage, nous vous recommandons de vous rapprocher des organismes qui animent le réseau des Costariciens en France. En voici quelques-uns.

L'Associationfranco-costaricienne

L'**Association franco-costaricienne** (ACRF) anime la communauté des Costariciens installés dans notre pays, bien plus large que quelque 300 personnes officiellement répertoriées par les autorités consulaires du Costa Rica en France. De passage pour quelques mois, ou implantés de longue date, ils sont enseignants, chercheurs, artistes ou étudiants… À l'ACRF, qui organise des activités (rencontres, repas, débats…) auxquelles vous pouvez vous joindre, Maria Méndez vous accueillera à bras ouverts :
- Asociación de Amistad France-Costa Rica
3 Allée de la Renaissance,
37540, Saint Cyr/Loire
Tél. : 02 47 28 19 08
Site web : http://www.acrf.fr

Se mettre dans l'ambiance avant le départ !

Quesadilla, ceviche, guacamole… vous trouverez surtout un avant-goût des saveurs locales dans les cantines cubaines ou mexicaines, et en particulier à Paris :

- **El Sol y la Luna**
31 rue Saint Jacques, 75005 Paris
Tél. : 01 43 54 41 56

Dégustation un peu plus chic dans l'un des restaurants Anahuacalli :
- **Hacienda del sol**
157 bd du Montparnasse
75006 Paris
Tél. : 01 43 26 26 53
Site web : http://www.anahuacalli.fr

La culture latinoaméricaine en France

Pour un aperçu complet et contemporain de la culture latinoaméricaine (expositions, débats, événements, activités culturelles), pensez à ces adresses à Paris et à Lyon :

- **Maison de l'Amérique latine**
217 boulevard St Germain
75007 Paris
Tél. : 01 49 54 75 00
Site web : http://www.mal217.org/

- **Sociétés et Cultures de l'Amérique latine, auprès de la revue Espaces Latinos** :
Nouveaux Espaces Latino-Americains
4, rue Diderot
69001 Lyon
Tél. 04 78 29 82 00
Site web : http://www.espaces-latinos.org/

Enfin c'est sur Internet que vous pourrez vous mettre sur la piste de la commuauté latinoaméricaine la plus proche de chez vous, en particulier sur Couch Surfing (groupe « Latinos en Francia ») et sur Facebook (groupe « EuroTicos, Costarricenses En Europa »).

Ambassade du Costa Rica

Les **démarches pour se rendre au Costa Rica sont très simples** pour les Français, qui n'ont pas besoin de visa. Comme avant chaque départ, **votre meilleur interlocuteur est l'ambassade.** Vous pouvez la consulter, ainsi que le consulat, par téléphone et par mail afin d'obtenir des réponses à des questions précises. Si vous habitez Paris, y faire un tour vous permettra de « prendre la température » et récupérer des documents utiles à la préparation de votre voyage, en particulier de petites cartes touristiques, très pratiques une fois sur place :
- Ambassade du Costa Rica en France
4, square Rapp
75007 Paris (métro Ecole Militaire)
Tél. : 01 45 78 96 96
Email : consulat.cr@gmail.com
Site web : http://www.ambassade-costarica.org/

Pour nos amis suisses et belges

- Mêmes conseils pour les ressortissants des pays voisins. Les voyageurs venant de Belgique et du Luxemboug s'adresseront à l'ambassade du Costa Rica à Bruxelles :
  489 avenue Louise, # 23 - B-1050 Bruxelles
  Tél. : 0032 (0)2 640 55 41
  Site web : http://costaricaembassy.be/
  Email : info@costaricaembassy.be.
- En Suisse, les représentations diplomatiques à contacter sont l'ambassade :
  Marktgasse 51, 3011 Berne.
  Tél. : 00 41 31 372 78 87.
  Email : costa.rica@bluewin.ch,
  Le consulat général à Lausanne
  Tél. : 00 41 21 312 77 64
  ou bien à Lugano
  Tél. : 00 41 91 922 21 13.

A savoir sur place au Costa Rica

Bon à savoir pour profiter au maximum d'un séjour au Costa Rica

Les principales recommandations d'usage concernent les conditions climatiques du Costa Rica, variées et bien différentes de la météo européenne. Emportez des lunettes de soleil, une casquette ou un chapeau, de la crème solaire et des habits légers. Si vous partez entre mai et octobre, vous aurez sans doute au moins une heure de pluie par jour : équipez-vous d'un poncho (type Kway) voire d'un parapluie et pensez à choisir des chaussures et vêtements ne craignant pas l'humidité.

Gardez sur vous le contact de **votre guide francophone** et pensez à le solliciter pour toute question pratique lors de votre séjour.

Quelquesobjets sont difficiles à trouver sur place, pensez à emporter :

- des mouchoirs en papier
- des livres et magazines
- les petites choses à grignoter que vous affectionnez d'habitude
- des disques compacts pour la voiture de location
- un appareil photo et des jumelles de poche
- une moustiquaire si vous séjournez dans la jungle
- éventuellement un dictionnaire français-espagnol.

Ultimesrappels pratiques

- Citoyens français, québécois, suisses, belges : vous n'avez **pas besoin de visa** pour un séjour inférieur à trois mois
- si vous passez par les Etats-Unis, prévoyez une autorisation ESTA
- il est sept ou huit heures de moins au **Costa Rica** par rapport à la France
- la nuit tombe tous les jours entre cinq et six heures
- taux de change moyen : 10 € = 13,5 US $ = 6,5 CRC (colones)
- ayez toujours sur vous des lotions solaire et antimoustique
- **arborez un sourire** en toutes circonstances.

Langue Costa Rica

...mais pas seulement !

L'article 76 de la Constitution politique consacre à la fois l **'espagnol** (castillan) comme **langue officielle** et le multiculturalisme. Si deux **langues** indigènes se sont récemment éteintes (le *térraba* et le *boruca*), on y parle toujours cinq langues autochtones (le maleku, le cabécar, le bribri, le guaymí et le bocotá). Proche de l'anglais jamaïcain, le *mekatelyu* (créole de Limón), a été importé par les ouvriers venus travailler sur les plantations de bananes et le chemin de fer au XIXème siècle. Il est encore parlé par quelque 100 000 personnes sur la côte atlantique.

L'argot costaricien, une langue à part entière

Bien que les Costariciens s'adressent très respectueusement les uns aux autres, ils pratiquent entre amis un langage familier (« vos » au lieu du « tú » d'Espagne). Leur argot, le *pachuco*, est une variante de **l'espagnol** américain intégrant des mots anglais, français, créole et *Malespín* (argot ancien du Salvador) avec les expressions populaires « brete » (travail) ou « tuanis » (super). Ce code a aussi pour effet d'inter-changer les lettres (a par e, i par o, b par t, p par m...)

Une destination pour apprendre l'espagnol

Pourquoi ne pas envisager un séjour linguistique pour vous ou vos enfants ? Un tel **voyage** se combine à merveille avec des vacances organisées par **vos agences sur place** qui, bien entendu, parlent toutes français. Comme l'éducation est une priorité au **Costa Rica**, de nombreuses écoles de langues proposent aux étudiants - de tout âge - d'apprendre l'espagnol en immersion en ville, à la montagne ou au bord de la mer.
Quelques liens utiles : http://www.espagnolcostarica.com, http://www.enforex.com/espagnol/costa-rica.html

Joindre l'utile à l'agréable

Des programmes proposent d'ajouter l'action utile à l'apprentissage de la langue. Par exemple, Projects Abroad sélectionne des **familles d'accueil et des professeurs locaux** pour progresser à l'oral et à l'écrit. On prend des cours tout en participant à un projet de volontariat (enseignement du français ou de l'anglais, encadrement sportif, écovolontariat...) Les formules proposent un mois de cours intensif, ou 14 heures à répartir en fonction du programme volontaire choisi, voire 60 heures si la mission ou le stage dure plus de deux mois.

Femme seule au Costa Rica

Voyageuses indépendantes, bienvenue !

Le **Costa Rica** est l'un des pays les plus populaires d'Amérique centrale car il offre d'infinies possibilités d'aventure. **Des femmes seules le visitent chaque année sans incident**. Mais malgré son allure de paradis sur terre, il n'est pas si riche et les électrons libres sont susceptibles d'attirer les voleurs. Enfin, la différence culturelle peut conduire à des **malentendus** entre hommes locaux et femmes d'ailleurs.

Adaptation culturelle

En tant que touriste, déjà, vous êtes repérable. Préférez les tenues sobres en ville comme à la campagne, ou habillez-vous carrément comme les **Costariciennes**.

Ignorez les commentaires ou sifflements à votre attention, car toute réponse pourrait être prise comme un encouragement. Si ces appels confinent au harcèlement, prévenez la police. Et bien entendu, ne suivez pas n'importe qui !

Soyez en permanence **consciente de votre environnement**. Si vous êtes perdue, demandez plutôt votre chemin à une femme. Flâner dans les rues est une habitude européenne, même si votre destination n'est qu'à quelques pâtés de maisons, **prenez un taxi**. Pour éviter toute méprise, abstenez-vous de flirter avec les hommes. Ne faites rien que vous ne feriez pas chez vous et écoutez votre instinct.

Quelques précautions d'usage

Question sécurité, les larcins sont plus à craindre que les crimes violents, mais les délinquants ont de plus en plus tendance à recourir à la violence pour arriver à leurs fins. C'est pourquoi il vaut mieux é**viter d'avoir sur soi votre passeport (préférez une copie), de grosses sommes d'argent, des bijoux ou un appareil photo dernier cri.** Ne laissez pas vos effets personnels sur la plage. Utilisez les coffres-forts des hôtels.

Afin de bien mesurer les recommandations d'usage dans chaque ville, **renseignez-vous** auprès de nos guides francophones et du personnel de votre hôtel. À **San José** par exemple, il est déconseillé de marcher seule après la nuit tombée. A Dominical, mieux vaut rester sur la rue principale près de la plage.

Les bus et leurs stations sont propices au vol **. Il est déconseillé à une femme seule de prendre un bus de nuit**. Fermer ses bagages avec un petit cadenas dissuasif est une riche idée. Tout comme garder ses sous dans une ceinture porte-monnaie. En cas de pépin, **ne résistez pas**. Donnez votre sac, videz vos poches. Défier un agresseur ne vaut juste pas le coup.

Horaires Costa Rica

Décalage horaire et heures d'ouverture

Par rapport à la France, la Suisse et la Belgique, **le décalage horaire avec le Costa Rica est de moins 7 heures en hiver et moins 8 heures en été.**

La plupart des boutiques sont ouvertes du lundi au samedi **de 9 heures à 19 heures 30**. Généralement, les bureaux ne ferment qu'à 18 heures. Les offices administratifs sont ouverts du lundi au vendredi de 8 heures à 16 heures. **Les agences bancaires ouvrent du lundi au samedi de 8 heures à 17 heures** - parfois plus tard dans les grandes villes - mais les distributeurs automatiques de billets se trouvent facilement dans les supermarchés et centres commerciaux.

Certains sites touristiques ont des **horaires** particuliers. Par exemple, le **zoo de San José ouvre de 9 heures à 16 heures 30**, mais la Ferme de papillons Spirogyra Butterfly Farm ouvre tous les jours de 8 heures à 16 heures. **Renseignez-vous** auprès de vos agences locales pour organiser votre visite.

Qu'ils se rendent côté Atlantique ou côté Pacifique, il est conseillé aux pêcheurs, baigneurs et surfeurs de tenir compte des **marées**. À l'ouest, une attention particulière doit être portée au phénomène de marée rouge, produite par une haute concentration de toxines libérées par les algues et pouvant contaminer les produits de la mer. Les autorités encouragent les touristes à y être attentifs, mais il n'est a priori pas nocif pour la santé.

Voyage famille Costa Rica

Une destination idéale pour les enfants

Des plages aux animaux sauvages en passant par l'accrobranche dans la canopée et les forêts tropicales, le **Costa Rica** est une **excellente destination pour voyager avec des petits**. Il est possible de les emmener quasiment partout. À San José, souvent ignorée des touristes, il y a déjà des tas de choses à faire en famille.

Vos guides francophones se feront un plaisir de vous proposer des idées originales : promenade nocturne dans la jungle ou près d'une cascade, repas avec des écoliers, randonnée sur un volcan, observation de reptiles, de la ponte des tortues, des singes ou des vaches laitières dans une ferme (Santa Elena, Monteverde)...

Nourriture et hébergement adaptés

S'il ne faut pas compter sur un menu enfant au restaurant, même les plus capricieux seront ravis de la cuisine locale car elle est plutôt simple (haricots, riz, poulet).

Omniprésents, les fruits font d'excellents en-cas. Les jus se déclinent sous la forme de « batidos al agua » (eau et fruits),
« con leche » (eau et lait) ou « horchata » (lait de riz et cannelle). Le lait de coco se boit à même le fruit avec une paille.

Si vous allez dans des zones reculées avec un bébé, prévoyez des réserves de lait infantile, de couches, de crèmes et d'aspirine. L'essentiel se trouve à San José.

Rivalisant d'ingéniosité pour séduire les familles, certains **éco-lodges** proposent des nuits sous la tente. Dans la plupart des hôtels, les prix sont réduits pour les moins de douze ans partageant la chambre de leurs parents. **Le haut de la gamme propose même des crèches et activités pour enfants.**

Téléphone - Costa Rica

Téléphoner facilement

Si le **voyage** est organisé, gardez simplement à portée de main le numéro de votre guide francophone. Généralement les réseaux français captent, mais vous pouvez vite vous retrouver dans une zone non couverte. Sinon, ici comme ailleurs, glisser dans votre téléphone une carte sim locale est un réflexe permettant d'appeler et d'être appelé en toutes circonstances. Les puces, qu'ici on appelle « chip », se rechargent avec des cartes à gratter. Elles se trouvent facilement en ville, mais vous pouvez demander à la réception de l'hôtel de vous rendre ce service. Il y a aussi des **téléphones publics un peu partout.** Pas d'indicatif, composez seulement les sept chiffres de votre correspondant.

Accès Internet

On se connecte facilement au Costa Rica , dans les cybercafés, dehors ou à l'hôtel. Si c'est important pour vous, précisez au moment des réservations que vous souhaitez bénéficier du Wireless (WiFi).

Mission carte postale

Ce n'est pas parce qu'il n'y a ni boîte aux lettres, ni noms ni numéros de rues au **Costa Rica**, que vous ne pouvez pas recevoir ou envoyer de lettre ! Comme chaque ville a son bureau de poste, familles, entreprises et hôtels ont une boîte postale (« Apartado »). Si vous êtes destinataire d'un courrier, **faites-le envoyer de préférence à la poste centrale de San José**. Vous pourrez le récupérer en échange d'une petite somme et d'une pièce d'identité mais attention, vous ne pourrez pas prendre celui de quelqu'un d'autre. Il devra être libellée comme suit : Jean DUPONT, Lista de Correos, Correo Central, San José, Costa Rica. Dans tous les cas, n'hésitez pas à solliciter votre guide.

Guide francophone Costa Rica

En plus d'être une mine d'informations pratiques, votre guide francophone apportera un complément enrichissant à vos visites en vous racontant histoires et anecdotes locales.

Pura vida, mode d'emploi

Circuler avec un guide qui parle votre langue vous aidera à mieux comprendre la culture et les codes sociaux des Costariciens que vous croiserez au cours de votre voyage.

L e **guide francophone** est là pour attirer votre attention sur des détails qui pourraient vous échapper si vous circuliez seul ou bien le nez plongé dans un guide de voyage. Son métier consiste à **bâtir avec vous un lien de confiance** pour entendre et deviner ce que vous souhaitez afin que ce séjour comble vos attentes. **Attention, enthousiasme contagieux** !

Des professionnels qualifiés et à votre écoute

Yann travaille pour une agence locale présente au **Costa Rica** depuis seize ans et propose des activités et circuits concoctés avec professionnalisme ; une attention particulière est portée aux demandes des visiteurs. Vincent s'attache à proposer une autre approche originale du **Costa Rica**, au plus près des gens et de la nature. Avec ses collaborateurs locaux, il n'aime rien tant que partager sa passion pour le pays afin de vous faire vivre **une expérience inoubliable**. Qui pourrait être mieux placé qu'eux pour vous dénicher le parfait **guide francophone** ?

Transports - Costa Rica

Combinaison gagnante

Une **large palette de modes de transport** est à la disposition des **voyageurs au Costa Rica**. En voiture, navette, camion privé, ferry, bus public, vol intérieur, voire à cheval.... en fonction de l'itinéraire, du budget et de la durée du séjour, et avec l'appui de votre guide francophone, vous trouverez la formule idéale.

Les **villes sont bien reliées entre elles** par le réseau des cars, mais attention aux terminaux d'autobus, favorables au vol à la tire. En ville, les taxis (non pirates) sont fiables et faciles à repérer grâce à leur couleur rouge.

Préparer son itinéraire et prendre la route

Louer un 4x4 permet de visiter le pays sans contrainte. Mais ne vous fiez pas qu'aux cartes routières pour préparer vos excursions. Elles offrent des indications sur les distances, mais pas sur la nature des routes, ce qui peut considérablement rallonger un trajet voire abîmer le véhicule s'il n'est pas tout terrain. Demandez l'aide de votre guide francophone et du personnel hôtelier avant de prendre le volant.

Gare aux nids de poule ! A part la Panaméricaine, le **réseau routier est bien développé**, mais mal entretenu. Peu d'autoroutes, nationales de qualité variable compte tenu du terrain, et les voies secondaires sont inégalement goudronnées.

Sur l'autoroute, les passerelles sont rares et sur les côtés, il y de nombreux arrêts de bus. Résultat, le danger peut provenir des piétons comme du véhicule devant vous.

Stationnement etsignalisation

Comme partout en **Amérique latine**, verrouillez vos portes, ne laissez pas d'effets personnels à l'intérieur et préférez les parkings. En ville, des gardiens surveillent les rues et indiquent où se garer en échange d'une pièce en partant (500 à 1000 CRC).

Repérez le marquage au sol et les feux de signalisation en hauteur. Les panneaux à retenir sont essentiellement : cédez le passage (« Ceda el paso »), pas d'accès (« No hay paso ») et ralentir (« Despacio »).

À cause du volume des eaux de pluie, les bas-côtés sont profonds : prenez garde en vous garant et en descendant de voiture.

Incontournables - Costa Rica

Laréserve de Monteverde

Enveloppée de nuages, cette envoûtante réserve permet de plonger dans une forêt tropicale abritant plus de 3000 espèces d'**animaux et de plantes**. Des Quakers fuyant le service militaire américain y ont fondé une communauté en 1951.

Le VolcanArenal et ses sources chaudes

La petite ville de **La Fortuna** offre une bonne base pour admirer le **volcan le plus actif du pays**. Relaxation totale dans l'une des sources chaudes environnantes et/ou sensations fortes dans la canopée (accrobranche, zipline).

Parc national Manuel Antonio

Entre ses **plages tropicales** et son village offrant mille activités aux visiteurs locaux et étrangers, ce site permet de **profiter de la nature tout en s'amusant**. Gare aux ratons laveurs (mapaches) gourmands si vous pique-niquez !

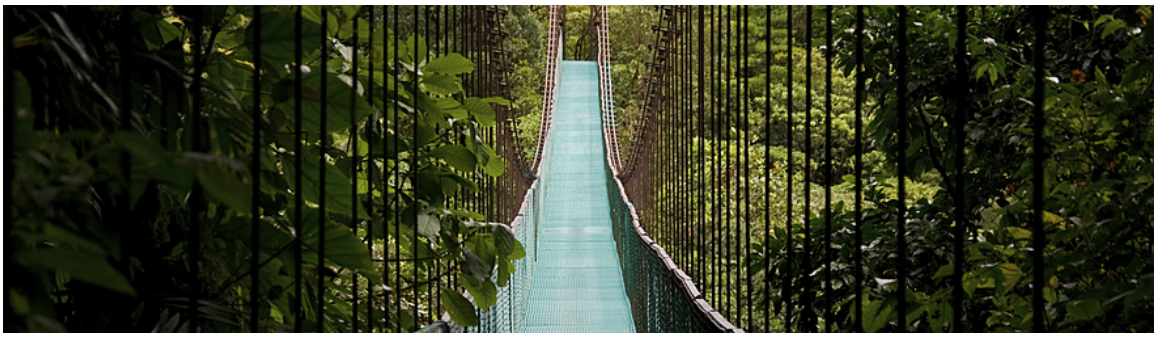
Puerto Viejo

Ce village côtier cher aux étrangers permet de se dépenser de jour (**surf, plongée, snorkeling, VTT, équitation, visites des peuples autochtones**...) comme de nuit. L'endroit idéal pour siroter une margarita dans un hamac au son du reggae.

Parc national de Tortuguero

Cette zone permet la nidification et de quatre des huit espèces de **tortues marines** du monde (ponte en février, juillet et octobre). Avec ses lagons et ses rivières, Tortuguero abrite aussi le lamantin des Antilles en voie de disparition.

Reserve de Monteverde



Fondée en 1972, la **Reserva Biológica Monteverde** s'étend sur une superficie de 10 500 ha de forêt tropicale humide. Elle se trouve sur la cordillère de Tilarán, de part et d'autre de la ligne continentale de partage des eaux : du côté est de la ligne, l'eau coule vers la **mer des Caraïbes** et du côté ouest, elle se dirige vers le Pacifique.

Enveloppé de nuages, ce site privé propose une **envoûtante plongée dans une forêt tropicale humide** abritant plus de 3000 espèces d'animaux et de plantes. Ce type de forêt, très répandu au **Costa Rica**, doit son nom au fait qu'il y tombe au moins 2 000 mm de pluie par an. Le taux d'humidité y est donc très élevé et la température avoisine toute l'année les 24°C. Elle recycle environ 75 % de son eau par évaporation et se nourrit des éléments nutritifs laissés au sol par les végétaux et les animaux. Il est fascinant de voir le réseau tentaculaire des racines qui se déploie par terre, tout en contrastant avec la cîme gigantesque des arbres. Équipez-vous d'un poncho de pluie !

Pendant des siècles, la région de **Monteverde** était un territoire sauvage, où quelques familles vivaient loin de tout. En 1951, elles virent débarquer **onze familles de Quakers** d'Alabama, des religieux pacifistes fuyant le service militaire américain, déterminés à vivre en harmonie avec la nature. Ils achetèrent 1 500 ha de terres et fondèrent leur communauté non loin du village de Santa Elena. Aujourd'hui, ils élèvent des vaches et vendent leurs fromages partout dans le pays.

Monterverde permet de visiter la forêt avec ou sans guide, de faire de la **canopée**, explorer la végétation sur des **ponts suspendus** ou guetter les animaux. De nombreux visiteurs, nationaux et étrangers, tentent surtout d'apercevoir le fameux quetzal d'Amérique centrale, un oiseau sauvage au plumage brillant et à la queue immense et recourbée.

Sur la route de San José, à 182 km de là, on peut visiter des **fabriques de lait** (lecherias), des **coopératives de café**, mais aussi des galeries d'art et des jardins de papillons, de serpents et d'orchidées.

Volcan Arenal

Ce parc national se situe entre les plaines de San Carlos et les contreforts de la Cordillère de Tilarán, au nord-ouest du pays. **Arenal est le volcan le plus actif du pays**. Prévoir deux jours d'excursion pour visiter les environs est incontournable lors d'un séjour au Costa Rica.

L'**Arenal** est le volcan le plus jeune du pays. Avec ses 1600 mètres d'altitude, il passe pour avoir un cône presque parfait, quel que soit l'endroit d'où on le regarde. Et c'est forcément de loin, car on n'a plus le droit de grimper sur ses versants, trop propices aux accidents. L'**Arenal** est resté inactif pendant trois mille ans jusqu'au 29 juillet 1968, date à laquelle il se réveilla pour dévaster la végétation et les constructions de toute la région.

On considère que l'**Arenal** est dans une phase de **repos depuis décembre 2010, mais il conserve une activité volcanique.** Si vous ne verrez pas d'effusion de lave, vous apercevrez peut-être ses nuées ardentes. Autour du volcan, la faune et la flore sont extraordinaires, à l'instar du majestueux lac qui s'étale à ses pieds. Les paysages du parc sont à couper le souffle.

La Fortuna

Au pied de la montagne, la petite ville de **La Fortuna** offre une bonne base pour admirer le volcan tout proche, mais également pour profiter des sources chaudes. Prévoyez une demi-journée pour profiter des « hot springs » environnantes et choisissez entre les bains privés (plein de touristes américains) et publics (pleins de touristes costariciens). Il vous offriront, à coup sûr, fous rires et relaxation totale. Au programme, sinon : sensations fortes dans la canopée (accrobranche, zipline), randonnée canyoning, rafting...

Prenez aussi le temps de vous promener sur la place de l'église, autour de la fontaine, et de déguster un *ceviche* (poisson cru mariné dans du jus de citron) dans l'un des petits restaurants des rues alentour. **Cette halte vous permettra de vous imprégner de l'ambiance typique d'une petite bourgade costaricienne.** N'oubliez pas d'y faire le plein !

Parc Manuel Antonio

Entre ses plages tropicales et son village offrant mille activités, le **parc Manuel Antonio** permet de profiter de la nature tout en s'amusant. Il se trouve à environ 7 km de Quepos, sur la côte ouest dans la région centre Pacifique. Avec ses **quatre plages de sable fin** et sa forêt tropicale, il offre tout ce dont un touriste peut rêver pour passer une journée merveilleuse : eau transparente, horizon infini, sentiers bien entretenus, animaux en pagaille, et paysages sublimes où que l'on pose les yeux.

Plusieurs précautions à prendre : ne vous endormez pas sur la plage, car la marée peut vite monter. Ne nourrissez pas les singes, c'est interdit. Ne mangez pas les fruits du *manzanillo,* semblables à de petites pommes : ils sont vénéneux. Et gare aux ratons laveurs (mapaches) gourmands si vous pique-niquez !

Le **parc Manuel Antonio** offre de multiples avantages. Il est relativement petit (1625 hectares), ce qui permet d'en **faire le tour en une demi-journée tout en prenant son temps**. Il n'est pas envahi de touristes, car ses visiteurs ont été limités à 600 par jour afin de protéger le site ; venez quand même tôt le matin (attention, fermé le lundi). En plus, il est **accessible à pied** depuis de nombreux hôtels situés dans le village **Manuel Antonio**. Le long de la route qui longe la corniche, vous trouverez de multiples options pour manger et boire un verre. Entre deux terrasses de restaurants, vous pourriez être surpris de voir un avion posé sur le bas côté : c'est un Fairchild C-123 jadis utilisé par la CIA.

Puerto Viejo

Bienvenue dans l'endroit idéal pour siroter une margarita dans un hamac au son du reggae. Le charmant village côtier de **Puerto Viejo**, situé au sud-est du **Costa Rica** non loin de la frontière panaméenne, est cher aux touristes étrangers. Non seulement il permet de profiter d'un tas d'activités le jour (surf, plongée, snorkeling, VTT, équitation, visites de réserves indigènes...), mais il offre un riche éventail de possibilités pour sortir le soir : restaurants, bars, concerts...

Puerto Viejo est le royaume des rastas. C'est un lieu tellement dédié à la détente qu'on y trouve un **hamac hôtel** ! et de nombreux voyageurs de tous pays.

Sur la côte près de **Puerto Viejo**, au nord et au sud du village, les plages sont magnifiques. Vers Puta Uva et Punta Mona en particulier, les couchers de soleil battent tous les records de décors romantiques.

Pour vous rendre à **Puerto Viejo**, rejoignez la côte caraïbe par Limón. Sur la route littorale, vous passerez tout près du village voisin de Cahuita, un village tout aussi joli mais plus calme (et plus modeste) que **Puerto Viejo**. Cahuita est également la porte d'entrée du parc national du même nom, dont le récif corallien fait le bonheur des plongeurs.

Parc Tortuguero

Ce parc côtier de 31 187 hectares sur terre et 52 000 hectares sur mer est le plus important site de reproduction de tortues vertes des Caraïbes. Il permet la nidification des **tortues marines**. L'observation nocturne des tortues est possible de février à novembre, ce qui correspond à la période de ponte et d'éclosion. Deux heures de visite vous coûteront 5 $, plus **l'accompagnement obligatoire du guide** (15 $). Les hôtels proposent généralement des tours organisés.

Une excursion à **Tortuguero** dure plus d'une journée, et **donne le sentiment d'être arrivé au bout du monde,** tant le dépaysement est intense. Avec ses lagons, ses rivières, sa mangrove rouge, **le parc de Tortuguero** abrite aussi le lamantin des Antilles en voie de disparition.

On y arrive par voie fluviale et maritime. Une pirogue collective à moteur vous conduira à travers la jungle jusqu'au canal principal. Il n'est pas rare de voir des flamants roses et des caïmans sur le trajet. Il est possible d'arriver à **Tortuguero** en laissant sa voiture à Cariari avant de partir en bateau, à partir de Limon, ou en se greffant à l'un des tours partant de San José. Sur place, les hôtels proposent souvent l'organisation du transport à partir de l'étape précédente de votre parcours.

Le village de **Tortuguero** est minuscule, mais comprend quelques boutiques, plusieurs options de restauration et même une discothèque sur pilotis.

Hors des sentiers battus

Parc national de Corcovado

Situé sur la magnifique **péninsule d'Osa**, cette zone est l'une des plus riches en biodiversité de la planète. Le parc et la baie sont dédiés à l'écotourisme. On y trouve la beauté sauvage d'une nature préservée du tourisme de masse.

Parc national de Cahuita

Le village de **Cahuita** possède le charme caribéen caractéristique de la côte est. Tout proche de Puerto Viejo, ce site plus tranquille abrite de belles plages et présente une biodiversité remarquable grâce à son parc naturel.

Dormir dans un écolodge

Pour des vacances "responsables" profitez de quelques nuits dans un écolodge pour vous reposer, vous ressourcer, et profiter du **Costa Rica** en version originale.

Stage de yoga

Vous êtes au **Costa Rica**, pays idéal pour la détente. Profitez de votre voyage pour vous initier au yoga et rentrer parfaitement détendu et serein de votre voyage.

L'université pour la paix

Une université pas comme les autres. Même si vous avez décidé de sécher les bancs de l'école, vous pouvez en profiter pour visiter le Parc pour la Paix qui se trouve juste à côté.

Corcovado et Drake Bay

Située sur la magnifique **péninsule d'Osa**, cette zone est l'une des plus riches en biodiversité de la planète. La baie et le parc sont dédiés à l'**écotourisme**. On y trouve la beauté sauvage d'une nature préservée du tourisme de masse, car arriver jusque-là est déjà un périple en soi. **Si vous recherchez l'aventure, c'est ici** qu'il faut venir. Enfilez vos chaussures de randonnée (imperméables, voire bottes), protégez votre appareil photo dans un sac en plastique (idéalement, type Ziploc) et préparez-vous à en prendre plein la vue !

Le **parc Corcovado** est le dernier avant-poste de forêt vierge tropicale des basses terres d'Amérique centrale. Il abrite une faune abondante : singes, pécaris (cochons sauvages), grenouilles venimeuses, aras écarlates, voire jaguars et tapirs, que les visiteurs peuvent apercevoir en avançant à pas de loups.

On rejoint le parc par l'un de ses principaux points d'accès par Puerto Jimenez ou **Drake Bay**. L'accès se fait soit par la route (en 4x4 et en fonction de la saison), soit par vol direct depuis San José. On rejoint ensuite la ville de Sierpe, puis on prend un bateau.

Prévoyez trois jours pour une visite non superficielle. Une nuit au minimum sur place est donc recommandée. Toutes les gammes de prix sont proposées, mais les voyageurs au budget serré qui opteront pour la station des rangers devront s'attendre à un confort réduit au minimum (et à voir passer d'énormes araignées).

Parc national de Cahuita

Le **village de Cahuita** possède le charme caribéen caractéristique de la côte est. Ce site tranquille abrite de belles plages et une biodiversité remarquable grâce à son parc naturel.

Cahuita a été fondée par William Smith, le premier Noir anglophone des Caraïbes à venir s'installer dans une zone qui n'était encore habitée que par des Indiens au début du XIXème siècle. C'est en ramant vers Panama où il vivait jusque-là que le pêcheur découvrit cette magnifique baie protégée par un récif de corail. Aujourd'hui, c'est l'un des deux récifs coralliens vivants du **Costa Rica,** qui fait le bonheur des touristes plongeurs.

Cahuita est à une heure de route au sud de Puerto Limon. Au centre, les rues sont bordées de vieilles maisons en bois dont les couleurs autrefois vives s'effacent avec le temps. Avec ses musiciens en terrasse et sa langueur locale, les cafés de **Cahuita** ont quelque chose de charmant que sa voisine, Puerto Viejo, semble avoir troqué au profit de bars plus « in ».

Faire une **escale à Cahuita** permet de partir en excursion sur la côte, dans les terres ou sur l'océan Atlantique, dans des bateaux à fond transparent. À louer : équipements de plongée, de surf, d'observation des oiseaux et bicyclettes. Avec son sable noir, la grande plage de **Playa negra** est propice à l'incubation des œufs de tortue, mais aussi à la baignade. Pour trouver du sable blanc et un spot idéal pour le snorkeling, dirigez-vous vers le Parc national où des sentiers traversent la jungle protégée.

Dormir dans un écolodge

Un écolodge (« écogîte » en français) répond à des critères écologiques de fonctionnement qui lui permettent de **minimiser son impact sur l'environnement**. Généralement, l'hôtel utilise les énergies renouvelables (électricité solaire, éolienne ou hydraulique), favorise le développement durable, limite au maximum la production de déchets en procédant au tri, et veille à une consommation faible de différentes ressources telles que l'eau et l'électricité.

Au **Costa Rica**, l'offre en écolodges est pléthorique. Il y en a dans toutes les zones. Les hôtels sont le plus souvent situés au cœur d'une nature luxuriante. L'hébergement proposé va des chambres classiques aux « cabinas », des bungalows comprenant souvent une terrasse privée, un hamac et une kitchenette qui permettent **au voyageur de se sentir chez lui, dans une petite maison en pleine nature**. En plus de vous permettre un grand bain de verdure, ce type d'hébergement vous offre une telle proximité avec les animaux que vous vous réveillerez avec le gazouillis des oiseaux et pourrez apercevoir des singes, des iguanes ou des écureuils depuis votre fenêtre.

En respirant du bon air, en dormant au calme et en mangeant des fruits dès le matin, **vous vous referez une santé**. Misant à fond la carte de la détente, certains établissements proposent même des massages.

Au **Costa Rica**, il n'y a pas que la plage qui a un petit goût de paradis !

Yoga

Voyage, développement durable et yoga partagent des intentions similaires : vivre des expériences nouvelles et authentiques en harmonie avec les cultures locales et la nature sur un chemin de paix, d'équilibre, de connaissance et de conscience. Avec sa nature généreuse, sa vocation écologique et son penchant culturel pour la tranquillité (« pura vida ! »), le **Costa Rica** est une **destination idéale pour la détente**.

De nombreuses options s'offrent aux voyageurs qui souhaitent **se relaxer en silence dans un cadre idyllique**. Ceux qui cherchent un séjour intégralement dédié à la méditation trouveront leur bonheur, tout comme ceux qui souhaitent simplement recharger leurs batteries au calme, avant ou après une autre étape plus tournée vers l'aventure.

Vous relaxerez-vous mieux **au cœur de la jungle ou au bord de l'océan** ? En fonction de vos besoins, discernez les offres des centres de yoga de celles des hôtels proposant cette activité. Ce choix déterminera la qualité de votre retraite ainsi que les rencontres que vous y ferez, entre amateurs passionnés et touristes amusés.

La plupart des établissements proposent des stages répertoriés sur Internet. **Quasiment tous les types de yoga sont enseignés** y compris Vinyasa, Hatha, Anusara, Ashtanga, Bikram et Lyengar. Les forfaits incluent le plus souvent hébergement, repas, excursions, massages et cours encadrés.

Certains hôtels nichés en pleine nature se sont spécialisés dans la clientèle américaine et européenne en quête de sérénité, en particulier les jeunes mariés en voyage de noces. Les voyageurs seuls bénéficient de tarifs préférentiels.

The Yoga Farm, près de Pavones au sud-ouest du pays, a été sélectionné en 2012 par le quotidien britannique *The Guardian* parmi les dix meilleures retraites de yoga au monde. On peut y séjourner de façon classique ou bien s'y porter volontaire pour financer son séjour.

L'université pour la paix

La « Upaz », « Upeace » ou University for peace a été fondée en décembre 1980 pour former les cadres de la résolution internationale des conflits. Le **Costa Rica**, dont la tradition démocratique est renommée, a donné un terrain aux Nations Unies qui l'a mandatée pour : « doter l'humanité d'un **établissement international d'enseignement supérieur pour la paix** dans le but de favoriser entre tous les êtres humains un esprit de compréhension, de tolérance et de coexistence pacifique… » Aujourd'hui, cette université à taille réduite – dont les étudiants sont formés sur place ou à distance – évoque une petite ruche des savoirs. Des jeunes diplômés du monde entier viennent y partager et parfaire leurs connaissances, en apprenant les techniques de médiation nécessaires à la paix du monde de demain.

Ses portes s'ouvrent au visiteur, qui pourra profiter de la bibliothèque, de la cafétéria et du magnifique parc dominant la vallée d'Alajuela. Juste à côté se trouve le **Parc pour la paix** (Peace park). Avec ses bustes et ses monuments, le jardin botanique fait la part belle aux célébrités pacifistes. Cinq petits lacs artificiels et quelques « ranchos » (cabanes ouvertes) permettent de pique-niquer dans un cadre illustre. L'ensemble forme un domaine de 300 hectares protégés où la forêt secondaire abrite des oiseaux, des singes, des reptiles et une centaine de variétés d'arbres.

L'université pour la paix se trouve dans le village de El Rodeo, en haut d'une colline accessible depuis Ciuad Colón, une petite bourgade tranquille située à une vingtaine de kilomètres au sud-ouest de San José.

En traversant les collines de cette zone bordant la capitale, vous traverserez les banlieues chic de Santa Ana et Escazú, où résident les expatriés et les *Joséfinos* aisés. Entre deux restaurants sophistiqués et centres commerciaux, vous trouverez quelques jolis endroits à visiter : l'**église de Santa Ana** ou des ateliers d'artistes comme la **Cerámica Santa Ana** ou celui de Barry Biesanz à Belo Horizonte. Chaque deuxième dimanche de mars, la place de San Antonio de Escazu accueille une fête de charretiers à bœufs pour le **Día de Boyeros**.

Guide pratique Costa Rica

Fiche pratique - Costa Rica

Capitale : San José

Superficie : 51 100 km2

Monnaie : CRC (Colon costaricien)

Nombre d'habitants : 4 727 millions (2011)

Langue : Espagnol

Date de l'Indépendance (de l'Espagne) : 15 septembre 1821

Espérance de vie à la naissance : 79,3 ans (2012)

Taux d'accroissement naturel : 1,20 % (2011)

Population âgée de plus de 64 ans : 6,6 % (2012)

Densité : 84 habitants/km2

Population urbaine : 64 % (2010)

Accès de la population rurale à l'eau : 91 % (2011)

Taux d'alphabétisation des adultes : 96 % (2005-2010)

Taux de chômage : 6,5 % (2011)

Taux de croissance : 4 % (2011)

PIB par habitant en dollars US valeur PPA : 11 500 $ (2011)

Population vivant sous le seuil de pauvreté : 24.8% (2011)

Émissions de CO2 en tonnes par habitant : 1,90 (2011)

Indice de développement humain: 0,744 (2011)

Indice de corruption : 4,8 (2011)

Nombre d'homicides pour 100 000 habitants : 10,0 (2011)

Religion : 76,3 % de la population se déclare **catholique**

Fuseau horaire : UTC -6 (France – 6 ou 7 heures)

Latitude / longitude : 9°56'N 84°05'W

Gouvernements : régime présidentiel, république, démocratie libérale, État unitaire

Présidente de la République : Laura Chinchilla

Devise nationale : ¡Vivan siempre el trabajo y la paz! (Que vivent à jamais le travail et la paix !)

Source : banque mondiale, statistiques mondiales, UNICEF

Cuisine Costa Rica

La cuisine traditionnelle d'abord !

Si le **Costa Rica** n'est pas réputé pour la variété de ses traditions culinaires, celles-ci sont simples et goûtues. Les plats nationaux sont le « arroz con pollo » (poulet au riz) et le « gallo pinto » (« coq peint »), dégusté dès le petit déjeuner, qui mélange haricots noirs, riz blanc, coriandre, oignons, ail et sauce locale. Ces ingrédients se retrouvent dans l'ensemble des plats traditionnels, qui comprennent aussi viande, œufs, natilla (crème), légumes frais, bananes plantain, yuca et tortillas de maïs. On les retrouve invariablement sur les menus des restaurants. Les plats caribéens « pati » et « rondon » figurent aussi en bonne place sur la carte des établissements à influence créole.

Le déjeuner, repas principal de la journée, est souvent constitué d'un « casado » : riz et haricots côte à côte (comme s'ils étaient « mariés »), avec de la viande ou du poisson. Sur les côtes pacifique et atlantique, on se régale de fruits de mer et de poisson frais : corvado (bar), pargo (vivaneau rouge), mahimahi...

Les « bocas » se grignotent dans les bars à toute heure, façon tapas.

En ville, de multiples enseignes proposent des produits internationaux, mais le mieux est encore de s'approvisionner dans les « pulperias » (épiceries de quartier).

Le royaume des jus de fruits

Parce que le **Costa Rica regorge de fruits exotiques**, les jus frais à l'eau ou au lait (« frescos » ou « naturales ») accompagnent les repas. Là en revanche, la variété est largement au rendez-vous : canteloupe, fraise, tamarindo, mangue, melon, pastèque, papaye, citron, mûre, guanabana, punch de fruit, horchata, cas...

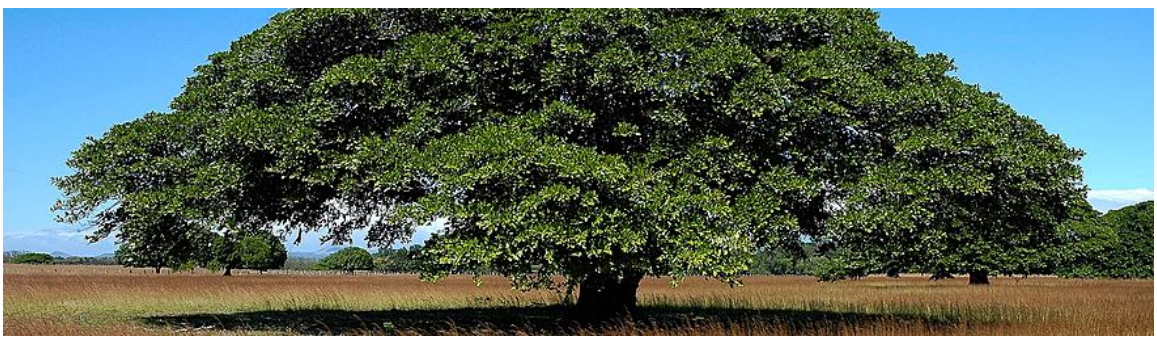
Café, bière, rhum, agua dulce

Comme la banane, le café est un produit d'exportation très présent dans les repas costariciens. Coulant goutte à goutte dans un « chorreador » artisanal, il embaume l'atmosphère des repas.

Petite douceur buvable à toute heure, l' « agua dulce » est fabriquée à partir de sucre de canne tout comme la liqueur nationale, le guaro. Celui-ci est moins cher que la « cerveza » (bière) dont le producteur local est Imperial, également disponible en version allégée. Les marques Pilsen, Bavaria, Heineken sont aussi largement répandues. Pour finir, **ne partez pas sans avoir goûté le rhum costaricien** (Ron Centenario, Flor de Caña) !

Religion Costa Rica

En 2009 pour une enquête menée par l'Université du Costa Rica, 69,7 % des personnes interrogées se déclaraient catholiques romains (42,8 % pratiquants, 26,9 % non pratiquants), 17 % protestants évangéliques, 9,1 % « sans appartenance religieuse », et 4,1 % appartenant à une autre **religion**.



Un pays catholique

L'article 75 de la constitution politique du **Costa Rica** de 1949 établit la foi catholique comme « religion officielle de la République ». Il prévoit aussi la **liberté de religion**, un droit généralement respecté dans les faits. Pour maintenir une **séparation entre l'Église et l'État**, la Constitution établit que le président, le vice-président, les membres du cabinet et juges de la Cour suprême ne peuvent pas appartenir au clergé. Le ministère de l'éducation subventionne les écoles privées (catholiques ou non). La catéchèse est proposée à l'école publique, sans être obligatoire.

Chaque village a son propre saint et s'organise autour de la place de l'église. D'architectures anciennes ou modernes, elles sont intéressantes à visiter car elles sont au cœur de la vie sociale locale. S'il fallait en choisir une, la petite église d'Orosi avec son cloître charmant serait une bonne option. **Nos guides sauront vous indiquer les édifices religieux remarquables le long du parcours de vos excursions.**

La « Virgen de los Angeles » (La Negrita) est un important symbole local. Elle aurait été vue au XVIe siècle sur une colline de Cartago, là où la basilique a été construite. La tradition (Romería) veut que les croyants de tout le pays, et plus loin encore, convergent chaque 2 août vers ce site pour faire des demandes et rendre grâce à Marie. Pourquoi ne pas organiser, grâce à vos **agences locales**, une excursion sur place pour observer ce grand rassemblement populaire ? Sinon, participer à la Semaine Sainte (avant Pâques) fête nationale, offre la garantie d'un séjour festif.

Liberté de culte

L e **Costa Rica** accueille de nombreux groupes religieux. Les chrétiens protestants (églises méthodiste, luthérienne, épiscopale, baptiste...) sont très présents. **L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours** (Mormons) revendique plus de 35 000 membres. Les Témoins de Jéhovah (moins de 1 % de la population) sont sur la côte caraïbe. Et 1000 Quakers vivent dans une réserve de Monteverde (Puntarenas).

Les grandes religions ont leurs représentants: le judaïsme avec une synagogue à San José, le bouddhisme, l'hindouisme et l'islam.

Il y a aussi des personnes se réclamant du taoïsme, de Hare Krishna, de l'Eglise de scientologie, de la foi bahaie... Comme ailleurs en Amérique latine, mais dans une moindre mesure, on dénombre de plus en plus d'adeptes de groupes mystiques, bien souvent animés par des leaders charismatiques et cupides.

Histoire - Costa Rica

Les origines

Faiblement peuplé depuis 5 000 avant J.-C, le **Costa Rica** est fier de son mystère archéologique : des boules de pierre lisses de toutes tailles aux origines inconnues. On les voit au parc du Corcovado, ou à l'entrée du musée du Quai Branly à Paris.

De la colonisationespagnole à l'indépendance

Lors de son dernier voyage en 1502, Christophe Colomb arrive sur une côte qu'il croit pleine d'or et donc riche (« **Costa Rica** »). Une première colonie s'installe. Le conflit est minime avec les indigènes, qui sont peu nombreux et protégés par la loi espagnole. Progressivement, une classe moyenne homogène et assez pauvre émerge.

La province est greffée à la capitainerie générale du Guatemala (vice-royauté du Mexique) en 1570. Comme elle se trouve loin du cœur décisionnel, qui y envoie peu de représentants des autorités royale et religieuse, elle se développe de façon autonome. Elle devient stratégique lorsque le tabac devient un important produit d'exportation pour l'Espagne, à la fin du XVIIIe siècle. La société costaricienne est alors prospère et commence à dominer la vie intellectuelle de la région.

En 1824, le **Costa Rica** est l'un des cinq États des Provinces-Unies d'Amérique centrale. En 1838 elle devient une république indépendante, où le suffrage universel est adopté dès 1889. D'emblée elle adopte des politiques favorisant la stabilité démocratique, en particulier l'éducation (gratuite et obligatoire dès 1869). Tandis que les conflits militaires sévissent chez ses voisins, le **Costa Rica défend la paix** coûte que coûte. Un fait d'armes célèbre, en 1856, met en scène l'aventurier américain du Nicaragua William Walker, et le futur héros national Juan Santamaría.

L'époque contemporaine

Fin XIXème, le **Costa Rica** se modernise et devient dépendant des marchés étrangers. Des infrastructures comme le chemin de fer grâce à l'implantation de l'United Fruit Company (empire US de la banane), puis la politique « plus d'écoles, plus de routes », accompagnent le développement du pays. Début XXème, des dirigeants libéraux et paternalistes gèrent une vie politique relativement stable.

Après la crise économique de 1929, et jusqu'à la Deuxième Guerre mondiale, les propriétaires terriens s'opposent à l'union des communistes et de l'Église. Une brève guerre civile a lieu suite à l'annulation des élections le 10 mars 1948. La junte victorieuse de José Figueres Ferrer livre une constitution garantissant des élections libres. Elle abolit l'armée. Ce président populaire (Parti de libération nationale) lance des réformes sociales (droit de vote des femmes, nationalisation de l'électricité).

Élu pour quatre ans, le Président de la République est aussi Chef du gouvernement. En 1983, le Costa Rica proclame sa neutralité perpétuelle et non armée. En 1987, le président Oscar Arias reçoit le prix Nobel de la paix pour son action régionale.

La corruption du monde politique a conduit les présidents Rafael Angel Calderón Fournier (1990-1994) et Miguel Ángel Rodríguez Echeverría (1998-2002) en prison. Aujourd'hui le **Costa Rica a pour chef d'Etat une femme, Laura Chinchilla.**

Géographie Costa Rica

L e **Costa Rica**, « côte riche » en espagnol, offre aux visiteurs **une diversité géographique extraordinaire**. Le pays est aussi célèbre pour ses microclimats . Sa diversité naturelle d'espèces et d'écosystèmes expliquent que le **Costa Rica** concentre à lui seul près de 6% de la biodiversité mondiale.

Un relief marquépar les cataclysmes

Séismes, inondations et éruptions volcaniques ont façonné le paysage actuel du **Costa Rica**. Situé sur l'isthme reliant l'Amérique du Sud à l'Amérique du Nord, il se caractérise par une incroyable diversité : montagnes grandioses, cratères actifs et inactifs, plages de sable noir et blanc, cascades... sur une superficie de 51 060 km², soit environ 1,6 fois la Belgique.

Situé 10 degrés au nord de l'équateur, le territoire est divisé en quatre zones : les basses terres tropicales (Caraïbes et du Pacifique), les Plaines du Nord centrale, la vallée centrale et la péninsule du Nord-Ouest.

Un pays montagneux et tropical

Le **Costa Rica** compte cinq chaînes de montagnes : les collines d'Escazu, la cordillère centrale, celle de Tilaran, celle de Guanacaste et celle de Talamanca où le mont Chirripó culmine à 3820 m. Des dizaines de volcans (Poas, Irazu, Arenal, Rincon de la Vieja) se sont formés à cause de deux plaques tectoniques (Cocos et Caraïbe), à l'origine des fréquents tremblements de terre.

Quatorze fleuves prennent naissance dans ces montagnes pour se déverser dans la mer des Caraïbes, l'océan Pacifique, la rivière San Juan ou le lac Nicaragua. Deux d'entre eux des frontières naturelles : Sixaola au sud (Panama) et San Juan au nord (Nicaragua).

Un pays engagédans la protection de l'environnement

L'ensemble des parcs nationaux et des réserves représente plus d'un quart du Costa Rica (13.420 hectares, soit 25.6% de la superficie totale). Les Costariciens y payent un droit d'entrée minime, contrairement aux touristes. Le père fondateur des parcs du **Costa Rica**, Alvaro Ugalde, figure parmi les principaux écologistes du siècle par l'hebdomadaire *Time* en 1999. Pour lui, l'histoire du pays a connu deux phases : avant et après l'engagement pris par la population de préserver cette biodiversité unique pour les générations à venir. D'ailleurs ici, les réflexes écologiques s'acquièrent dès l'école.

Le **Costa Rica** a souscrit à quarante cinq traités environnementaux (la plupart ratifiés entre 1990 et 2003). Il exerce depuis longtemps un fort leadership sur la scène internationale en matière d'environnement : siège mondial du Conseil de la Terre, contribution à la rédaction du Protocole de Kyoto, introduction de nouveaux schémas de développement durable tels que la négociation de la dette externe en contrepartie de la protection de la nature...

Art - Costa Rica

Le **Costa Rica** n'est pas renommé pour son héritage artistique, ce qui s'explique par l'Histoire. D'une part, la population précolombienne s'y est peu développée. D'autre part, la société costaricienne a connu peu de conflits, quand ceux-ci ont pu stimuler la créativité ailleurs en Amérique latine. Aussi, les représentations populaires exaltent le plus souvent paysages et scènes champêtres. En suivant les conseils de votre guide, consacrer une journée à découvrir la scène culturelle locale promet de bonnes surprises.

Découverte culturelle entre deux excursions de plein air

Iguanes, crapauds, jaguars, crocodiles... la faune abondante a inspiré les artistes, comme on le voit au Musée National, au Musée du Jade ou au Musée de l'Or à San José. On y trouve aussi des **spécimens de l'art colonial et de l'art patriotique.**

San José a lancé l'opération *Enamorate de tu ciudad* pour inciter les Joséphinois à découvrir ou redécouvrir le patrimoine de leur cité. Des expositions y sont organisées à la Galería Valanti, au Centro Cultural Costarricense ou à l'Alliance Francaise. Le site web *Guiarte* donner un aperçu de ces manifestations. À un jet de pierre à l'ouest de la capitale, **des artistes de renom installés à Santa Ana et Escazú ouvrent régulièrement leurs portes**.

Influencée par le Mexique, les Etats-Unis et l'Europe, la jeune génération essaie aujourd'hui de dynamiser la scène culturelle. **Les arts de la rue se taillent une part de choix** et, à de nombreux feux rouges, de joyeux saltimbanques montrent leurs performances. L'Orchestre symphonique national s'est taillé une belle réputation. Quant au cinéma costaricien, il commence à frémir (*Gestación* d'Esteban Ramírez).

Bailar y descansar (danser et se reposer)

Ici, on pratique volontiers les sports en plein air, mais aussi le yoga et les danses populaires. **On danse le merengue et la salsa** appelée « portoricaine » par les Français qui la distinguent ainsi de la salsa « cubaine » enseignée en cours. Pourtant issue des Etats-Unis, elle se caractérise par son allure sophistiquée et ses déplacements en ligne.

Enfin, l'artisanat fabrique des objets en bois, pratiques et souvent bon marché. Organiser une **excursion à Sarchí** permet de voir de jolies choses. Et si vous rapportiez un hamac, histoire de ne pas oublier la douce langueur des tropiques ?

Livres - Costa Rica

Récits naturels

Le **Costa Rica** inspire surtout les passionnés de nature. Dans *Cascades et chutes d'eau* (éditions Nathan), le journaliste scientifique italien Marco Majrani emmène son lecteur dans un tour du monde des plus belles chutes d'eau, parmi lesquelles celle de Pedra Colorada. Dans *Où partir avant qu'il ne soit trop tard ?* (éditions La Découverte), le journaliste norvégien Arild Molstad met en valeur le **Costa Rica** pour sa gestion des visites des parcs, qui permet de satisfaire la curiosité des touristes tout en préservant la nature.

Récits d'histoire et d'aventures

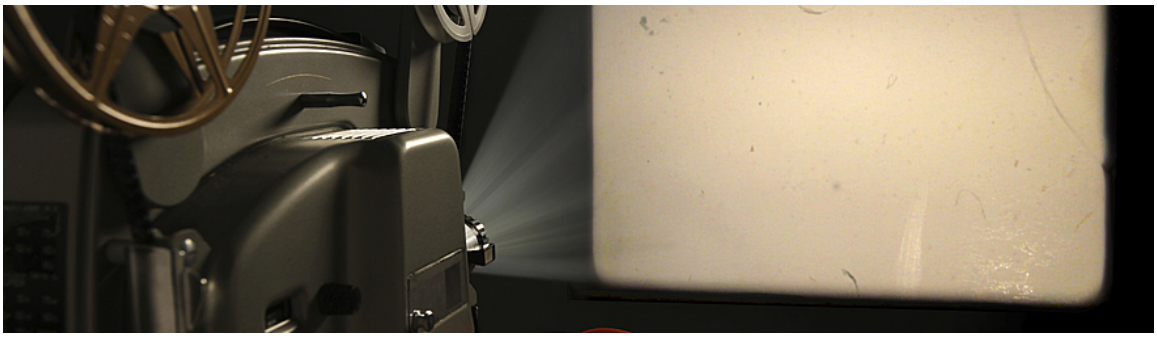
Récompensé par le prix Femina 2012 pour son roman *Peste et Choléra* (éditions du Seuil) l'écrivain français Patrick Deville a consacré un livre au Costa Rica en 2004. Dans *Pura vida, vie et mort de William Walker* (éditions du Seuil), il raconte comment **le flibustier américain du XIXe siècle** a tenté de s'emparer de l'Amérique centrale pour en faire un empire rattaché aux Etats-Unis. Si cette chronique historique n'évoque le **Costa Rica** que de loin, elle raconte comment, à travers une épopée révolutionnaire, s'est tissée la figure de ce sombre héros.

La région a aussi attiré toutes sortes de mercenaires, parmi lesquels Cizia Zykë. Mort en 2011, l'ancien légionnaire français devenu l'écrivain s'est installé comme **chercheur d'or au Costa Rica** à l'aube des années 80. Il fait fortune dans la péninsule d'Osa, qui abrite la plus importante forêt tropicale de la côte pacifique au sein du parc Corcovado. Menacé d'une lourde peine de prison et cerné d'ennemis, l'aventurier finit par fuir vers le Panama. Publié en 1985 (chez Hachette), ***Oro,* qui relate les faits d'armes de l'orpailleur au milieu des trafiquants et des prostituées, est un best seller**. Adapté par Yves Bordes, il paraît en bande dessinée en 1992. Si ce récit offre une perspective pittoresque du pays il y a trente ans, il le présente sous un jour bien sombre. Au point que sa prestation dans l'émission littéraire *Apostrophes* a valu à Bernard Pivot une lettre de l'ambassadeur du Costa Rica, choqué qu'il ait convié un tel personnage « dans une émission aussi raffinée ».

Souvenirs francos-ticos

Longtemps **enseignante au lycée franco-costaricien**, Christiane Valdy raconte ses souvenirs dans *Les tiroirs de la commode du couloir* (Persée éditions, 2011). À l'heure de rejoindre sa famille en Provence pour les funérailles du patriarche, elle évoque comment son tempérament épris de liberté a cherché sa délivrance à travers l'engagement d'une vie de l'autre côté de l'Atlantique.

Films - CostaRica



Vu de l'étranger, le **cinéma costaricien** se noie dans la masse des productions latinoaméricaines, mais vu d'ici il est en plein développement. On ne peut pas encore parler d' « industrie cinématographique », mais encore récemment on ne tournait qu'un film tous les cinq ans, alors qu'aujourd'hui on en produit au moins un par an.

La plupart des films à l'affiche sont des blockbusters américains. Le **Costa Rica** est un petit pays de 4,5 millions d'habitants dans lequel **la culture n'est que faiblement subventionnée**. Aussi, le secteur s'est enorgueilli d'avoir sorti quatre films costariciens en 2010, et reste sur une bonne lancée depuis.

Les réalisateurs les plus actifs sont :

- Miguel Gómez (*El Cielo Rojo*, 2008),
- Hernán Jiménez (*El regreso*, 2011),
- Paz Fábrega (*Agua fría de mar*, 2011)
- Laura Astorga (*Princesas Rojas*, 2013).

En 2009, *Gestación* a contribué à faire bouger les mentalités. Ce film d'Esteban Ramírez raconte le parcours du combattant d'une lycéenne qui tombe enceinte. Elle se retrouve confrontée aux réactions de son entourage, de son petit ami, du personnel de son école (une partie du tournage a lieu au lycée franco-costaricien de San José) et même d'une connaissance monnayant les moyens d'avorter dans un pays où l'Interruption Volontaire de Grossesse est interdite. La jeune femme mène malgré tout la grossesse à son terme. Son parcours est inspiré d'une histoire réelle.

Auteur du guide

Parisienne de 33 ans, je suis journaliste indépendante depuis dix ans : rédactrice, éditrice, traductrice, correctrice... Le multiculturalisme est mon principal centre d'intérêt. Passionnée d'info et des situations d'urgence, je me suis spécialisée dans les questions relatives aux droits de l'homme, en particulier la liberté de la presse.

Après trois ans dans la presse éducative, j'ai été correspondante à Jérusalem. J'ai ensuite rejoint une chaîne d'information continue à Paris. Puis, j'ai travaillé pour la radio internationale chinoise à Pékin. Collaboratrice d'un institut international de presse basé aux Pays-Bas, je forme à distance des reporters francophones de République Démocratique du Congo. Je suis diplômée du Centre de formation des Journalistes, de l'université Paris IV-Sorbonne et **en cours de Master "Paix durable dans le monde contemporain" à l'Université pour la paix mandatée par l'ONU, basée au Costa Rica.** J'y travaille aussi comme consultante pour un projet associé à l'université Cheikh Anta Diop de Dakar.

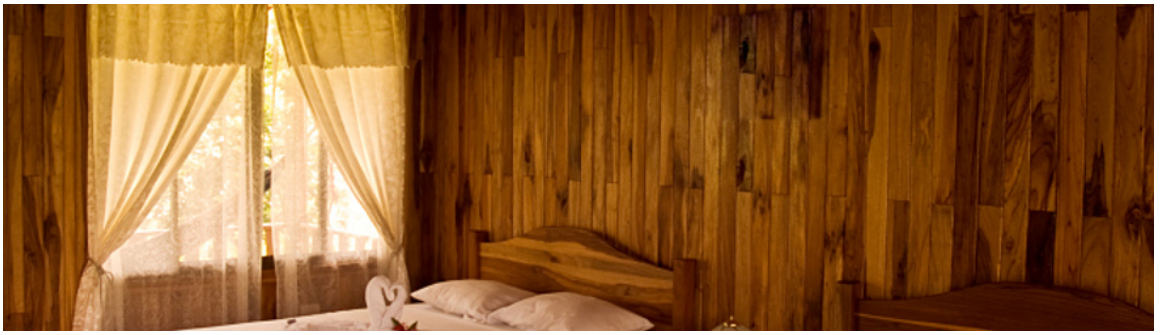
Depuis le printemps 2012, **je vis sous le soleil du Costa Rica** avec mon mari tico. Il m'a séduite par son esprit pacifique, sa convivialité, son appétit pour le monde, sa culture, sa courtoisie et un sourire irrésistible. Un concentré tout à fait représentatif de ce merveilleux pays.

Sélection des meilleures adresses du Lonely Planet Costa Rica

Bienvenue au pays de la "**Pura Vida**" ! Souvent surnommé la Suisse d'Amérique Centrale, ce pays propose une **splendeur naturelle** et une **richesse** qui émerveilleront les voyageurs les plus experts.

Les meilleures adresses Lonely Planet à San José

La sélection d'hôtels Lonely Planet à San José



San José peut se targuer de disposer d**'un éventail complet d'hébergements**, de la cellule spartiate à la luxueuse retraite de charme. Les établissements les moins chers se regroupent dans le centre-ville, tandis que de plaisants hôtels de catégories moyenne et supérieure se concentrent dans des quartiers plus chics comme **Barrio Amón et La Sabana**. Également séduisants, les quartiers adjacents de **Los Yoses et de San Pedro**, charmants, sûrs et paisibles, sont accessibles à pied depuis le centre-ville.

L'**élégante banlieue d'Escazú**, à 20 minutes en bus, est réputée pour ses adresses plus sélectes. Enfin, Alajuela, à quelques minutes de l'aéroport international, reste pratique à l'arrivée dans le pays ou au départ.

Mieux vaut réserver en **haute saison** (décembre-avril), en particulier durant les deux semaines autour de **Noël** et de l**a Semana Santa** (semaine avant Pâques).

San José : Les auberges de jeunesses

Auberges de jeunesse

Auberges de jeunesse

Nombreuses dans la capitale, les auberges de jeunesse offrent un confort sommaire : un lit en dortoir et l'accès à une sdb commune (apportez savon, shampoing et serviettes de toilette). Nombre d'entre elles disposent de l'accès wi-fi et d'un salon TV, et certaines de chambres particulières à des prix abordables. En général, les établissements bénéficient de l'eau chaude.

Pour faciliter les recherches, les adresses Lonely Planet sont regroupées sans tenir compte des différents quartiers. Il y a aussi d'excellentes adresses dans le quartier de Los Yoses.

Hostel Pangea *Auberge de jeunesse*

Succès non démenti auprès des routards, depuis des lustres, pour cette vaste auberge de jeunesse (25 dortoirs et 25 chambres), tenue par des Ticos au cœur de la ville. Il y a une piscine, un restaurant-lounge sur le toit en terrasse (vue splendide), en plus d'un bar-salle de cinéma avec des poufs. Inutile de préciser que l'ambiance est à la fête. Pour autant, les chambres sont soignées, les matelas fermes et les sdb communes spacieuses et propres. Les 5 suites disposent de lits king-size et de TV à écran plat. Également : Internet gratuit, appels téléphoniques gratuits vers l'Amérique du Nord, consigne et navettes pour l'aéroport (à partir de 10 $US). (Tel : 2221-1992 ; www.hostelpangea.com ; Av. 7 entre Calles 3 et 3bis, Barrio Amón ; dortoir 13-16 $US, chambre double avec/sans sdb 40/32 $US, suite 60-70 $US).

Costa Rica Backpackers *Auberge de jeunesse*

Une adresse très populaire, qui compte 15 dortoirs et 13 chambres doubles, répartis dans plusieurs bâtiments autour d'un jardin agrémenté de hamacs et d'une piscine. Les chambres, et les sdb communes, basiques mais propres, sont décorées de fresques murales. Ambiance détendue, musique douce, bar-restaurant et bar au bord de la piscine pour les extras. Également : cuisine commune, salon TV, consigne gratuite, de même que l'accès Internet et les transferts depuis les gares routières de San José. (Tel : 2223-2406, 2221-6191 ; www.costaricabackpackers.com ; Av. 6 entre Calles 21 et 23 ; dortoir 13 $US, chambre double sans sdb 32 $US).

Hostel Casa del Parque *Auberge de jeunesse*

Un établissement tranquille, à la lisière nord-est du Parque Nacional, dans une demeure Art déco de 1936. Les cinq grandes chambres sommaires (dont une avec sdb privative) et le dortoir ont tous du parquet et du mobilier fonctionnel. Vous pourrez prendre un bain de soleil dans le patio garni de plantes et profiter de la cuisine commune. Connexion wi-fi gratuite. Federico Echeverría, le jeune propriétaire, vous renseignera sur les bonnes tables du coin. (Tel : 2233-3437;www.hostelcasadelparque.com ; angle Calle 19 et Av. 3 ; dortoir 10 $US, chambre double avec/sans sdb 42/32 $US).

Gaudy's *Auberge de jeunesse*

Cette accueillante auberge de jeunesse occupe une vaste demeure de style moderniste, dans un quartier résidentiel situé à l'est du Parque La Sabana. Très appréciée des voyageurs à petit budget, elle loue 13 chambres et 2 dortoirs bien tenus. Les propriétaires colombiens ont opté pour une décoration minimaliste et une ambiance décontractée. Service professionnel, cuisine commune, salon TV, billard, baby-foot, cour dotée de hamacs et Internet gratuit.(Tel : 2248-0086 ; www.backpacker.co.cr ; Av. 5 entre Calles 36 et 38, Casa 3636 ; dortoir 12 $US, chambre double avec/sans sdb 36/22 $US).

Galileo Hostel *Auberge de jeunesse*

Dans une demeure ancienne à l'est du Parque La Sabana, cette sympathique et douillette auberge propose les dortoirs les moins chers de la ville (tous pimpants et propres, bien qu'exigus), ainsi que 4 chambres partageant une sdb. Wi-fi gratuit, cuisine commune, patio verdoyant et bar cosy. Le bonus : les propriétaires américains organisent des barbecues dominicaux pendant la saison de football. (Tel : 2248-2094 ; www.hostelgalileo.com ; angle Calle 40 et Av. 2 ; dort 9-11 $US, chambre sans sdb 24-30 $US).

Mi Casa Hostel *Auberge de jeunesse*

Une maison moderniste de La Sabana, au parquet ciré et mobilier d'époque, où sont réparties une demi-douzaine de chambres éclectiques (deux font office de dortoirs), dont l'une accessible en fauteuil roulant. Les hôtes profitent d'espaces communs confortablement meublés, ainsi que d'une cuisine propre et spacieuse. Jardin plaisant agrémenté d'un bar, table de billard, accès Internet gratuit et service de blanchissage. (Tel :2231-4700 ; www.micasahostel.com ; Sabana Norte, 150 m au nord du bâtiment ICE ; dortoir 13 $US, chambre avec/sans sdb à partir de 32/25 $US, petit-déj inclus).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Séjour chez l'habitant

Bells' Home Hospitality *Chez l'habitant/B&B*

Cette agence recommandée est tenue depuis plus de 20 ans par Marcela Bell, qui peut organiser un séjour chez plus d'une dizaine de particuliers à San José, dont elle a personnellement inspecté les maisons. Toutes sont proches des transports publics et les voyageurs en ont donné de bons échos. Prévoyez 5 $US en sus pour un séjour d'une seule nuitée, et un supplément pour le dîner. (Tel : 2225-4752 ; www.homestay-thebells.org ; chambre simple/double avec petit-déj 30/50 $US).

Centre-Est : la sélection d'hôtels

Les meilleurs hébergements du centre-ville se situent pour la plupart à l'est de la Calle Central, et beaucoup occupent des demeures anciennes de style victorien ou Art déco. Nombre d'hôtels de catégorie supérieure acceptent le paiement par carte bancaire.

Les adresses

Hotel Aranjuez *Hôtel*

Ce vaste hôtel du Barrio Aranjuez se compose de plusieurs demeures d'époque bien entretenues, reliées entre elles par des allées et des jardins. Les 36 chambres impeccables (coffre et TV câblée) sont différemment conçues, et le patio luxuriant, où un somptueux buffet est dressé le matin pour le petit-déjeuner, est incomparable. Si les murs se révèlent un peu craquelés et les parois fines, le service est efficace et l'Aranjuez constitue une excellente option, notamment pour les familles. Rançon du succès : une annexe a été ouverte à un demi-pâté de maisons, aux chambres d'allure quelconque, sans wi-fi, mais le fameux petit-déjeuner est compris. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2256-1825 ; www.hotelaranjuez.com ; Calle 19 entre Av. 11 et 13 ; avec petit-déj chambre simple/double à partir de 32/49 $US, chambre simple/double sans sdb 25/30 $US ; piWc).

Hotel Posada del Museo *pension*

Cette posada (auberge), située à la diagonale du Museo Nacional, est installée dans un édifice de 1928 doté d'une ravissante entrée surplombée d'un petit balcon. Des portes-fenêtres donnent accès aux chambres, toutes différentes et baptisées de noms d'oiseaux et de fleurs costaricains. Certaines peuvent accueillir jusqu'à 4 personnes et conviendront aux familles. Les aimables gérants argentins parlent français, anglais et italien. Si vous avez le sommeil léger, sachez que l'hôtel jouxte la voie ferrée. Cartes bancaires acceptées. (Tel:2258-1027 ; www.hotelposadadelmuseo.com ; angle Calle 17 et Av. 2 ; chambre simple 59-95 $US, chambre double 68-95 $US).

Mansión del Parque Bolívar Hotel *Hôtel de charme*

Dans un coin tranquille du Barrio Otoya, ce magnifique nouvel hôtel a pour écrin une demeure du XIXe siècle à l'architecture néoclassique. Parquets cirés, mobilier ancien et raffiné de fabrication locale : la belle décoration intérieure des espaces communs et des 5 chambres s'accorde à merveille avec l'ensemble. Le petit-déjeuner est servi sur une terrasse en étage qui surplombe l'arrière de la Casa Amarilla. Gérants italiens sympathiques, serviables et connaissant bien la ville. Un petit bijou, et une oasis de calme. (www.hotelparquebolivar.com ; Av. 9 entre Calles 11 et 13 ; chambre double 90-120 $US, chambre triple 120-125 $).

Hotel Don Carlos *Hôtel*

Aménagé dans une maison du début du XXe siècle ayant appartenu au président Tomás Guardia, ce ravissant hôtel du Barrio Amón baigne dans une atmosphère coloniale. Les 33 chambres (TV câblée, coffre et séchoir à cheveux) entourent un jardin de sculptures à thème précolombien, agrémenté d'un solarium, de tables et d'une petite piscine, idéale pour les enfants. Devant le restaurant de l'établissement, un superbe panneau mural en carreaux de céramique espagnols représente le centre de San José dans les années 1930. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2221-6707 ; www.doncarloshotel.com ; Calle 9 entre Av. 7 et 9 ; chambre simple/double 70/80 $US, chambre simple/double deluxe 80/90 $US, avec petit-déj).

Kaps Place *pension*

Une pension pimpante, dans une rue résidentielle du Barrio Aranjuez, dont les 24 chambres douillettes, toutes différentes, sont réparties dans 2 bâtiments. Tenue par Karla Arias, cette adresse convient parfaitement aux familles : des enfants jouent dans la cour plantée de yuccas ou sautent sur le trampoline. Cuisine spacieuse (et impeccable) à disposition des hôtes, tout comme les hamacs suspendus dans les patios, et les parties communes sont décorées de mosaïques. Internet gratuit. Le personnel parle français et anglais. (Tel: 8647-7190, Tel : 2221-1169; www.kapsplace.com ; Calle 19 entre Av. 11 et 13 ; 25-50 $US, chambre double 45-60 $US, chambre triple 55-70 $US, appartement 85-125 $US).

Gran Hotel Costa Rica *Hôtel*

Édifié en 1930, le premier grand hôtel de la ville est aujourd'hui classé monument national. Grâce à de fréquentes rénovations, les 107 chambres sont modernes et confortables, avec toutefois quelques éléments anciens, tels les cadres de lit en laiton et le mobilier en bois. Certaines jouissent d'une vue superbe sur le Teatro Nacional. Poutres apparentes, moulures au plafond et majestueuse réception ornée de vieilles photos de San José rappellent le passé de l'hôtel, où John F. Kennedy et le légendaire footballeur Pelé ont séjourné. Autres atouts : restaurant réputé, piano-bar et café en terrasse très couru. (Tel : 2221-4000 ; www.granhotelcostarica.com ; Calle 3 entre Av. Central et 2 ; chambre double standard/supérieure/deluxe 89/109/149 $US avec petit-déj, suite master/suite présidentielle 185/250 $US).

Casa Alfi *Hôtel*

À deux pas du Teatro Nacional, un édifice de couleur bordeaux, sur 2 niveaux, dont les 9 chambres sont disposées autour d'un atrium lumineux. Toutes sont assez modestes, avec toutefois TV, téléphone, sdb, coffre et éléments d'art folklorique pour la décoration. Malgré sa situation, en plein centre-ville, l'endroit est très calme. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2233-2102, Tel : 8866-0572 ; www.casaalfihotel.com ; Calle 3 entre Av. 4 et 6 ; chambre simple/ double/ triple avec petit-déj 30/40/50 $US).

Cinco Hormigas Rojas *B&B*

Unique en son genre, ce B&B de 6 chambres donne dans l'abondance, de plantes et de bien d'autres choses encore. Le moindre recoin est orné d'une œuvre d'art ou d'objets de décoration artisanaux en papier mâché (toilettes comprises). L'ensemble est né de l'imagination fertile de Mayra Güell, hippie polyglotte follement sympathique, qui sert à ses hôtes un petit-déjeuner composé de pains macrobiotiques, de confitures maison, de jus de fruits et de café bio. Mieux vaut réserver. (Tel : 2255-3412 ; www.cincohormigasrojas.com ; Calle 15 entre Av. 9 et 11 ; avec petit-déj chambre 40-60 $US, f 120 $US).

Hotel Colonial *Hôtel*

Cette auberge de style espagnol des années 1940 se distingue par une porte cochère baroque richement sculptée et une allée à arcades longeant la piscine. Les 17 chambres, soit blanchies à la chaux, soit peintes dans les tons ocre, comportent du mobilier en bois sombre et des couvre-lits aux couleurs vives. Celles des étages supérieurs bénéficient d'une vue imprenable sur la ville et les montagnes ; trois de celles du rez-de-chaussée sont accessibles en fauteuil roulant. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2223-0109 ; www.hotelcolonialcr.com ; Calle 11 entre Av. 2 et 6 ; chambre simple/double/suite avec petit-déj 58/68 /98 $US).

Hotel Rincón de San José *Hôtel*

Installé dans 3maisons coloniales du Barrio Otoya, cet établissement soigné, apprécié des couples et des familles, abrite 40 chambres –certaines, modernes, avec du linge de lit coloré et des céramiques ; d'autres décorées de mobilier ancien et de parquets cirés. On prend le petit-déjeuner dans un patio verdoyant. Service de blanchisserie et consigne ; cartes bancaires acceptées. (Tel : 2221-9702 ; www.hotelrincondesanjose.com ; angle Av. 9 et Calle 15 ; chambre simple/double/triple/quadruple avec petit-déj 60/72/90/115 $US).

Hotel Kekoldi *Hôtel*

Le Kekoldi occupe un vaste édifice Art déco du Barrio Amón. Ses 10 chambres baignées de lumière, de dimensions variables, sont peintes dans des tons pastel et dotées de la TV câblée. Des fresques murales représentant des paysages de bord de mer ornent les parties communes, et le jardin invite à la paresse. On parle ici anglais et allemand. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2248-0804 ; www.kekoldi.com ; Av. 9 entre Calles 5 et 7 ; chambre simple/double/triple à partir de 57/69/79 $US).

Hemingway Inn *Hôtel*

Établissement insolite du Barrio Amón –une ancienne maison de cafetalero des années 1920–, agrémenté d'un jardin. La cuisine commune et les fresques murales lui confèrent une atmosphère chaleureuse et décontractée. Les 17 chambres, confortables mais assez simples, sont équipées de coffre (3 $US/jour) et chacune est unique en son genre. (Tel : 2221-1804, Tel: 2257-8630 ; www.hemingwayinn.com ; angle Calle 9 et Av. 9 ; avec petit-déj s 35-55 $US, chambre 40-60 $US).

Hotel Santo Tomás *Hôtel*

Cette majestueuse demeure de style colonial du début du XXe siècle, emblématique du Barrio Amón, appartenait jadis aux Salazar, une famille de cafetaleros. Côté chambres (il y en a 30), vous aurez le choix entre celles de la maison principale, avec de hauts plafonds, un mobilier ancien et un air vieillot, ou celles de l'annexe plus récente, à l'arrière, qui disposent de sdb modernes, de balcons, de TV à écran plat et de dessus-de-lit en brocart. Le jardin intérieur comporte une piscine, un solarium, un Jacuzzi et un espace de sport en plein air. (Tel : 2255-0448 ; www.hotelsantotomas.com ; Av. 7 entre Calles 3 et 5 ; chambre double avec petit-déj 58-78 $US).

Raya Vida Villa *pension*

Établi de longue date dans une villa isolée sur une colline, ce B&B reflète l'intérêt de son propriétaire, Michael Long, pour l'art, les objets anciens, les chiens et les chats. La maison, de style colonial espagnol, possède un patio avec une fontaine, un jardin, une cheminée, et, à l'étage, une agréable terrasse dominant la ville. Les 5 chambres, bien aménagées, se caractérisent par un parquet ciré, du linge de maison aux motifs floraux et une grande sdb (dont une avec baignoire à remous). (Tel : 2223-4168 ; www.rayavida.com ; Calle 15, près de l'Av. 11 ; chambre simple/double avec petit-déj 85/95 $US, 20 $US/personne supplémentaire).

Casa Ridgway *pension*

Petite pension dans une rue calme proche de la Cour suprême, gérée par le Friends' Peace Center voisin, un organisme quaker œuvrant en faveur de la justice sociale et du respect des droits de l'homme. Les chambres, tout comme les douches et la cuisine communes, sont impeccables et l'ambiance paisible. Petit salon et bibliothèque de prêt. L'endroit ne s'adresse pas aux fêtards : alcool et tabac sont interdits et le silence est demandé de 22h à 6h. (Tel: 2233-2693, Tel: 2222-1400; www.amigosparalapaz.org ; angle Calle 15 et Av. 6bis ; dortoir 15 $US, chambre simple/double 25/38 $US, sans sdb 22/34 $US).

Autres adresses

Casa Hilda

Pension tenue par la charmante famille Quesada ; une source naturelle coule au centre de la maison. (Tel : 2221-0037 ; c1hilda@racsa.co.cr ; Av. 11 entre Calles 3 et 3bis ; chambre simple/double 20/30 $US).

Costa Rica Guesthouse

Chambres au calme dans une maison de 1904. (2223-7034 ; www.costa-rica-guesthouse.com ; Av. 6 entre Calles 21 et 23 ; dortoir 16 $US, chambre double avec/sans sdb à partir de 39/32 $US, avec petit-déj).

Hotel Fleur de Lys

Demeure victorienne centenaire, impeccablement entretenue, proche de la voie ferrée. Cartes bancaires acceptées. (2257-2621, 2223-1206 ; www.hotelfleurdelys.com ; Calle 13 entre Av. 2 et 6 ; chambre simple/double à partir de 88/96 $US, suite junior/master 136/148 $US, avec petit-déj).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La Sabana: la sélection des meilleurs hôtels

Auberges modernes et B&B traditionnels vous attendent dans les quartiers environnant le Parque Metropolitano La Sabana.

Les adresses

Hotel Grano de Oro *Hôtel de charme*

Voici l'adresse favorite des couples en lune de miel. Aménagé dans une vaste demeure victorienne du début du XXe siècle évoquant l'âge d'or du Costa Rica, cet hôtel élégant compte 40 chambres de style "victorien tropical", agrémentées de lits en fer forgé et de riches brocarts. Plusieurs d'entre elles, dotées d'un patio privé où murmure une fontaine, conservent le charme historique de l'établissement. Un escalier en acajou grimpe de la réception et des fleurs tropicales fraîches égaient les parties communes. Le Restaurante Grano de Oro (p. 70) est une table recommandée. (Tel : 2255-3322 ; www.hotelgranodeoro.com ; Calle 30 entre Av. 2 et 4 ; chambre double 135-205 $US, suite f/jardin/vista-del-oro 215/265/385 $US).

Colours Oasis Resort *Hôtel*

Établi de longue date dans le quartier huppé de Rohrmoser (au nord-ouest de La Sabana), cet hôtel gay et lesbien occupe un vaste ensemble de style colonial espagnol. Chambres et mini-appartements sont équipés de ventilateurs à pales, de mobilier moderne et de sdb impeccables. Parmi les installations figurent un salon TV, une petite salle de sport, une piscine, un solarium, un Jacuzzi et un bar-restaurant, idéal pour un cocktail en soirée. Les propriétaires, serviables, parlent anglais, et sont une mine d'informations pour tout ce qui concerne le tourisme de la communauté homosexuelle au Costa Rica. (Tel : 2296-1880, Tel : 866-517-4390 au Canada ; www.coloursoasis.com ; Bd Rohrmoser, à l'angle d'El Triangulo ; chambre double/suite à partir de 89/149 $US).

Apartotel La Sabana *résidence Hôtelière*

Une agréable résidence hôtelière de 32 logements (chambres et appartements) bien entretenus, qui attire surtout une clientèle d'affaires et familiale en long séjour. Les appartements (avec cuisine équipée), dans des tons neutres, sont décorés de mobilier en bois et d'art folklorique. La cour intérieure comporte une piscine. Service attentif, et quartier étonnamment calme. Des tarifs spéciaux s'appliquent aux séjours d'une semaine ; cartes bancaires acceptées. (Tel : 2220-2422 ; www.apartotel-lasabana.com ; 150 m au nord de Rostipollos, Sabana Norte ; chambre double /appartement avec petit-déj à partir de 60/75 $US).

Rosa del Paseo *Hôtel*

Ne vous laissez pas tromper par l'emplacement, en plein Paseo Colón, ni par l'étroitesse de la façade : en réalité, cette vaste demeure victorienne (construite en 1897 par une famille d'exportateurs de café) s'ouvre sur un jardin intérieur où l'on n'entend plus le bruit de la ville. L'hôtel a conservé les sols carrelés et les plafonds en bois poli d'origine, ainsi que les huiles sur toile et les sculptures anciennes. Les chambres sont sans prétention, avec parquet et mobilier d'époque. Le jardin, où l'on sert le petit-déjeuner, est rempli d'héliconias et de bougainvillées. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2257-3225, Tel : 2257-3258 ; www.rosadelpaseo.com ; Paseo Colón entre Calles 28 et 30 ; chambre simple/double/suite à partir de 75/85/90 $US).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

San José : les adresses pour se restaurer

Des petites échoppes proposant de **copieux casados** aux bistrots contemporains servant de la cuisine fusion, la scène culinaire de **San José** n'a pas d'égale en matière de restauration dans le pays. Les gastronomes s'intéresseront aussi aux adresses de **Los Yoses**, de **San Pedro** et d'**Escazú**.

Les restaurants haut de gamme sont **très fréquentés** le soir durant le week-end ; pensez à réserver.

Centre-Est : les meilleures adresses où se restaurer

Les sodas (petits restaurants de quartier) établis de longue date se mêlent aux cafés modernes et aux restaurants branchés dans ce secteur éclectique de San José.

Les adresses

La Esquina de Buenos Aires *Argentin*

Tomettes au sol, nappes blanches et airs de tangos, évocateurs des bistrots de San Telmo, font de cette table l'une des meilleures de la ville pour déguster de la viande rouge et un verre de malbec. Citons aussi les empanadas maison, de savoureux chaussons à la viande ou au fromage, et les pâtes fraîches, y compris végétariennes, tels les raviolis à la mozzarella et au basilic. Bonne carte des vins faisant la part belle aux crus latino-américains, service attentif et chandelles : l'adresse idéale pour un dîner romantique. Réservation conseillée. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2223-1909;http://laesquinadebuenosaires.com/ ; angle Calle 11 et Av. 4 ; plats 10-30 $US ; h11h30-15h et 18h-23h lun-ven, 12h-23h sam-dim).

Restaurante Tin-Jo *Asiatique*

Ce restaurant apprécié est une ode à l'Asie tout entière, tant sur le plan de la décoration que du menu. Celui-ci comprend une multitude de plats de régions diverses (crevettes kung pao, maki au thon, pad thai, etc.), en plus de nombreux mets végétariens. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2221-7605 ; www.tinjo.com ; Calle 11 entre Av. 6 et 8 ; plats 10-18 $US ; h11h30-15h et 17h30-22h lun-jeu, 11h30-15h et 17h30h-23h ven-sam, 11h30-22h dim).

Kalú Café & Food Shop *Café*

Partageant un élégant espace avec la boutique de design Kiosco SJO (Tel : 2258-1829 ; www.kioscosjo.com ; angle Av. 11 et Calle 7 ; h11h-18h lun, 11h-21h30 mar-sam), ce café stylé est tenu par la remarquable chef Camille Ratton. La carte, tendance fusion, comprend des salades, des sandwichs et des pâtes, comme les gnocchis maison cuits dans du malbec avec des champignons sauvages (13 $US). Au dessert, rien n'égale le gâteau au fromage blanc (5 $US), servi avec des fraises au vinaigre balsamique. (Tel: 2221-2081; www.kalu.co.cr; angle Calle 7 et Av. 11, Barrio Amón; plats 11-18 $US; h11h30-18h lun, 11h30-21h30 mar-sam).

Café Mundo *Italien*

Un emplacement de rêve pour ce café italien, depuis longtemps fréquenté par les expatriés. Installez-vous sur la grande terrasse de cette vieille demeure du Barrio Otoya et commandez une pizza ou des pâtes, en sirotant un verre de vin près d'une fontaine. La carte des vins comporte une sélections de cavas (vins mousseux) espagnols. (Tel : 2222-6190 ; angle Av. 9 et Calle 15, Barrio Otoya ; plats 8-34 $US ; h11h-22h30 lun-jeu, 11h-23h30 ven, 17h-24h sam).

Alma de Café *Café*

Le café du Théâtre national, l'un des plus beaux de la ville, rappelle la Vienne du début du XXe siècle. Le lieu rêvé pour déguster un cappuccino, une crêpe ou une quiche sous de ravissants plafonds peints. (Tel : 2233-2178 ; www.almadecafe.net ; Plaza de la Cultura ; plats 4-10 $US ; h9h-19h).

Café de los Deseos *Café*

Clientèle jeune et bohème pour ce café où le plaisir des yeux le dispute à celui des papilles, avec de savoureuses bocas (en-cas salés), dont des salades et des pizzas individuelles. Smoothies, desserts, cocktails et autres tentations complètent la carte. Le cadre est douillet et coloré : œuvres d'artistes locaux aux murs, salles agrémentées de rideaux de perles, de branches où s'entortillent des guirlandes et de tables peintes à la main. Adresse animée mais romantique, pour grignoter un morceau et boire un verre de vin. (Tel: 2222-0496 ; www.cafedelosdeseos.com ; Calle 15 et Av. 11, Barrio Otoya ; 4-10 $US ; h14h-22h mar-sam).

Restaurante La Criollita *Costaricain*

Une table accueillante, prisée des employés de bureau pour son menu, qui change régulièrement, de simples spécialités locales, comme le poulet en ragoût et le poisson grillé. Cadre plaisant, service efficace, et l'on peut accompagner son repas d'un verre de cabernet chilien (4 $US). (Tel : 2256-6511 ; Av. 7 entre Calles 7 et 9 ; petit-déj 2,50 $US, casados 7 $US ; h7h-21h lun-ven, 7h-16h sam).

Restaurante Shakti *Végétarien*

Ce restaurant de quartier privilégie les produits bio et les plats cuits au four. Les burgers végétariens et divers plats de poisson comptent parmi les favoris, de même que le casado du jour, toujours végétarien. (Tel: 2222-4475; angle Av. 8 et Calle 13; plats 5-9 $US; h7h30-19h lun-ven, 8h-18h sam).

Huarache's *Mexicain*

Dans ce restaurant plein d'animation, situé près de la Plaza Víquez (à 350 m à l'est de l'Hospital de la Mujer), tacos, quesadillas, guacamole, soupe de tortilla et sauces épicées vous transporteront en un éclair au Mexique. (Tel : 2239-2828 ; Av. 22 entre Calles 5 et 7 ; plats 3-6 $US ; h11h-23h).

Vishnu *Végétarien*

Produits frais locaux, ragoûts de légumes et burgers de soja figurent sur la carte de cette chaîne de restaurants végétariens à petits prix. Elle fait le plein au déjeuner en raison de son avantageux menu du jour, qui comprend habituellement salade, jus de fruits frais et dessert. Également : quelques spécialités végétaliennes. Plusieurs enseignes sont installées dans toute la ville. (Tel : 2256-6063 ; www.vishnucr.com ; Av. 1 entre Calles 1 et 3 ; plats 4-11 $US ; h8h-19h lun-ven, 9h-18h sam-dim).

Café del Patio *Café*

Niché dans le patio couvert de la Casa 927, ce spacieux café marie le charme de l'ancien à des éléments de décoration artisanale, tels ces bouquets de fleurs en papier glacé recyclé. Le menu du déjeuner (7 $US), d'un excellent rapport qualité/prix, met l'accent sur une cuisine fraîche et simple, un cran au-dessus de l'omniprésent casado. La carte, régulièrement renouvelée, comporte aussi des sandwichs, des empanadas et des desserts. (Tel : 2221-2302 ; Calle 3 et Av. 11 ; plats 4-8 $US ; h12h-14h lun-ven).

Don Wang *Chinois*

Un restaurant cantonais où se régaler de dim sum (servis toute la journée) et de nombreuses autres spécialités chinoises, des crevettes sautées avec des noix de cajou aux légumes mu shu (il y a plus d'une dizaine de plats végétariens). Aire de jeux pour les enfants. (Tel : 2223-5925, Tel : 2223-6484 ; www.donwangrestaurant.com ; Calle 11 entre Av. 6 et 8 ; plats 7-16 $US ; h11h-15h et 17h30-22h lun-ven, 11h-23h sam, 11h-22h dim).

Nuestra Tierra *CostaRicain*

Une tête de taureau empaillée vous accueille dans ce restaurant au décor de ranch local. Les serveurs enjoués apportent des planches en bois garnies de copieux casados aux innombrables touristes et familles ticas, installés à des tables rustiques. Portions généreuses, bonne cuisine et prix raisonnables. Le Nuestra Tierra est aussi une adresse parfaite pour déjeuner et boire une sangria après la visite du Musée national. (Tel : 2258 6500 ; angle Av. 2 et Calle 15 ; plats 10-28 $US ; h24h/24).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Autres bonnes adresses

Bar Morazán

Almuerzos ejecutivos (menus déjeuner) bon marché, à savourer sous une peinture murale représentant des chiens en train de jouer au poker. (Tel : 2222-4622 ; 2e ét., Calle 7 entre Av. 1 et 3 ; casados 5 $US ; h11h-14h).

El Patio del Balmoral

Les chaises en terrasse, à l'étage, sont idéales pour prendre l'air et observer l'animation de l'Avenida Central. (Tel : 2221-1700 ; www.elpatiodelbalmoral.com ; Av. Central entre Calles 7 et 9 ; plats 9-23 $US ; h6h-22h30, bar en terrasse 16h-23h).

El Torito

Café-boulangerie sans prétention proposant des chaussons salés et sucrés, ainsi que du pain frais. Également : formules déjeuner à prix raisonnables. (Tel : 2256-0220 ; Av. 7 entre Calles 7 et 9 ; petit-déj 3 $US, casados 6 $US ; h7h-20h).

Restaurante 1930

Le restaurant du Gran Hotel Costa Rica propose un menu complet. C'est aussi l'endroit idéal pour prendre un café et observer l'animation. (Tel : 2221-4000 ; Plaza de la Cultura ; plats 12-30 $US, expresso 2 $US ; h24h/24).

Pour faire ses courses

Automercado

Bon choix de fromages, de produits frais, d'alcools, de cafés et de chocolats. (Tel: 2233-5511 ; www.automercado.co.cr ; angle Calle 3 et Av. 3 ; h7h-21h lun-sam, 8h-16h dim).

Perimercado

Enseigne bon marché, emplacement pratique en centre-ville. (Tel : 2222-2252 ; Calle 3 entre Av. Central et 1 ; h7h-21h lun-sam, 8h-15h dim).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Centre-Ouest: les meilleures adresses où se restaurer

Les adresses

Pourquoi partir au Costa Rica ? Lonely Planet vous donne la réponse...

Le bouillonnant quartier commerçant de la ville abrite certains des restaurants les plus économiques.

Pastelería Merayo *Pâtisserie*

Cette pâtisserie propose une grande variété de douceurs fraîchement préparées et un café fort, délicieuse façon de tuer le temps en attendant un bus au Terminal Coca-Cola. (Tel : 2223-5758 ; Calle 16 entre Paseo Colón et Av. 1 ; pâtisseries 1-2 $US ; hlun-sam).

Soda Castro *Desserts*

Certes, le quartier laisse à désirer, mais cet établissement tico à l'ambiance décontractée, en activité depuis 60 ans, ravira les amateurs de sucré. Outre les sundaes et bananas splits, les paletas maison (sorbets aux fruits) méritent le détour. Divers parfums de saison, notamment noix de coco grillée : un régal. (Tel : 2222-3452 ; Av. 10 entre Calles 2 et 4 ; plats 3-6 $US, sundaes 5 $US ; h9h-21h30).

Q Café *Café*

Moderne et épuré, avec une excellente vue sur les ornements du Correo Central au loin, ce café en étage est parfait pour savourer des boissons au café (dont un délicieux moka glacé), une pâtisserie ou des en-cas salés, tels les empanadas, délicieuses avec la sauce piquante maison. (Tel : 2221-0707 ; www.quecafe.com ; 2e ét., angle Av. Central et Calle 2 ; plats 7-12 $US ; h8h-21h lun-ven, 10h-20h sam-dim).

Mercado Central

Marché

L'un des lieux les plus économiques pour se restaurer, avec divers sodas proposant des casados, des tamales, des produits de la mer et bien d'autres plats. Entre autres bonnes adresses, le Mariscos Poseidon (annexe du Mercado Central ; plats 4-8 $US ; h11h-18h) est un étroit restaurant de poissons bleu et jaune, tenu par l'accueillante Doris dans l'annexe nord du marché central, à côté de l'Avenida 1. Le ceviche mixto (poisson, crevettes et poulpe marinés dans du jus de citron vert) est excellent et peu cher, comme les généreuses portions de riz aux fruits de mer. Ensuite, traversez la rue pour rejoindre le marché principal et le Helados de Sorbetera (Tel : 2256-5000 ; Mercado Central ; crème glacée 2-3 $US ; h10h-18h), un glacier centenaire qui sert une crème glacée saupoudrée de cannelle. Pour la déguster à la manière des Costaricains, commandez des barquillos (cigarettes russes). (Av. Central et 1 entre Calles 6 et 8 ; h6h30-18h lun-sam).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La Sabana : les meilleures adresses où se restaurer

Les adresses

Park Café *Européen*

Malgré ses allures de bâtiment ancien restauré, le Park Café, de construction récente, est un mariage aussi étrange que réussi entre un magasin d'antiquités et un restaurant français. Le menu, exquis, est concocté par le chef Richard Neat, étoilé au Michelin (avec, par exemple, en entrée, des raviolis de crabe aux asperges ou des artichauts à la sauce au gingembre), et la carte des vins, soigneusement sélectionnés, est à la hauteur. Le décor, signé Louise French, la compagne du chef, fait la part belle aux objets anciens indiens et balinais, qui ornent aussi bien la cour-jardin que la salle élégante. (Tel : 2290-6324 ; 100 m au nord de Rostipollos, Sabana Norte ; plats 26-31 $US ; h12h-14h et 19h-21h30 mar-sam).

Restaurante Grano de Oro *Fusion*

Classé parmi les grandes tables de San José, le superbe restaurant de l'Hotel Grano de Oro, dirigé par le chef français Francis Canal, est réputé pour sa cuisine costaricaine fusion. Entre autres spécialités uniques, citons le filet de porc rôti au café ou le sauté de canard aux figues caramélisées. Des crus du monde entier figurent sur la longue carte des vins (à partir de 25 $US la bouteille), dont une demi-douzaine de champagnes et de cavas. Au dessert, ne manquez pas la tarte à la crème de café. Réservation conseillée au dîner. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2255-3322 ; www.hotelgranodeoro.com ; Calle 30 entre Av. 2 et 4 ; plats déj 12-25 $US, plats dîner 15-32 $US ; h7h-22h).

Machu Picchu *Péruvien*

Tous les classiques andins – pulpo al olivo (poulpe en sauce aux olives), ají de gallina (ragoût de poulet aux noix de pécan), causa (terrine de pommes de terre froides aux crevettes et à l'avocat) – sont ici à l'honneur, entre autres innombrables délices, et le déjeuner dominical remporte un franc succès. (Tel : 2222-7384, Tel : 2255-1717 ; www.restaurantemachupicchu.com ; Calle 32 entre Av. 1 et 3 ; plats 8-22 $US, menus enfant 6-9 $US ; h10h-22h lun-sam, 11h-18h dim).

El Chicote *grillades*

Adresse familiale où l'on vient se régaler de viande le dimanche au déjeuner. Les steaks sont grillés au milieu de la salle, puis servis avec des haricots noirs, des bananes frites et des pommes de terre au four. Si la viande rouge ne vous dit rien, repliez-vous sur le poulet, le poisson et les fruits de mer. Longue de six pages, la carte des vins privilégie les crus méditerranéens et sud-américains (à partir de 7 $US). (Tel : 2232-0936 ; www.elchicote.com ; Av. Las Américas, Sabana Norte ; plats 12-28 $US ; h11h-15h et 18h-22h lun-ven, 11h-22h sam-dim).

Soda Tapia *Fast-Food*

Adresse sans prétention de style années 1950, en permanence remplie de couples et de familles qui viennent manger un sandwich grillé ou un copieux casado. Les plus affamés goûteront l'énorme "El Gordo", un steak surmonté d'oignons, de gouda, de laitue et de tomate, le tout servi sur du pain espagnol. Les sundaes sont une autre spécialité du Topia. (Tel: 2222-6734 ; www.sodatapia.com ; angle Av. 2 et Calle 42 ; plats 5-7 $US, desserts 3-4 $US ; h6h-2h lun-jeu, 24h/24 ven-sam, 6h-24h dim).

Las Mañanitas *Mexicain*

Installé dans un jardin, ce charmant restaurant de spécialités mexicaines sert d'excellents tacos –tortillas de maïs farcies de poulet, de bœuf, de poisson ou de carne al pastor (porc épicé)– et de rafraîchissantes margaritas. (Tel : 2256-5737 ; Calle 40 entre Paseo Colón et Av. 3 ; plats 6-17 $US ; h11h-22h lun-sam, 12h-20h dim).

Faire vos courses

Más X Menos

Soit más por menos (qui signifie littéralement "plus pour moins"). (Tel : 2248-0968 ; www.masxmenos.co.cr ; angle Autopista General Cañas et Av. 5 ; h7h-24h lun-sam, 7h-21h dim).

Palí

Bon supermarché de quartier. (Tel : 2256-5887 ; www.pali.co.cr ; Paseo Colón entre Calles 24 et 26 ; h8h30-19h lun-jeu, 8h30-20h ven-sam, 8h30-18h dim).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

San José : les adresses pour prendre un verre

Des cafés de quartier aux bars branchés, vous n'aurez que l'embarras du choix dans **le centre de San José**, ou dans les faubourgs voisins de Los Yoses et de San Pedro, pour étancher votre soif. Le **prix de la bière** varie selon les établissements (à partir de 2,50 $US). Prenez votre **carte d'identité**, parfois demandée à l'entrée.

Sachez que des **pickpockets** rôdent souvent autour des bars fréquentés et profitent de l'**ivresse des clients** pour leur dérober leur portefeuille. Tard dans la nuit, restez sur vos gardes et **prenez un taxi.**

Le Café 1930 du Gran Hotel Costa Rica, El Patio del Balmoral, qui surplombe la partie piétonne de l'Avenida Central, et le Café de los Deseos dans le Barrio Otoya, sont parfaits pour observer l'animation.

Insert title hereLes adresses

Bar Chavelona *Bar*

Niché parmi des magasins de pièces détachées automobiles du côté ouest de la ville (prenez un taxi), ce bar renommé, ouvert en 1927, était le rendez-vous de l'intelligentsia locale à l'époque de l'écrivain costaricain Carlos Luis Fallas (1909-1966). Un décor des années 1980 et la musique de Duran Duran ont remplacé l'ambiance bohème, mais l'endroit reste plaisant pour une bière et des bocas. (Tel : 2221-6094 ; Av. 10 entre Calles 10 et 12 ; h17h-5h).

Bar Morazán *Bar*

Un bar modeste résolument local, au cœur du quartier touristique Boissons à prix raisonnables, guichet de paris sportifs et multiples écrans de TV pour suivre les matchs. (Tel : 2222-4622 ; 2e ét., Calle 7 entre Av. 1 et 3 ; h11h-2h).

Centro Comercial El Pueblo *Bar*

Cette galerie marchande en plein air, de style hispano-méditerranéen, abrite une multitude de bars, de discothèques et de clubs de musique. Surveillé, l'endroit est habituellement sûr. L'animation débute vers 21h et les établissements ferment vers 3h. (Tel : 2221-9434;www.centrocomercialelpueblo.com ; Barrio Tournon ; horaires variables).

Chelle's *Bar*

Si vous sortez avec des Ticos, vous finirez sans doute la nuit ici à 4h du matin, pour boire un dernier verre ou déguster un plat roboratif. (Tel: 2221-1369; angle Av. Central et Calle 9; h24h/24).

El Morazán *Bar*

Face au Parque Morazán, cet établissement en briques apparentes et carrelages espagnols date de 1904. Au cours de sa longue existence, il a accueilli nombre de personnalités (dont Che Guevara selon certains). La jeunesse bohème apprécie sa carte complète de boissons et d'en-cas. Concerts certains soirs. (Tel: 2256-5110 ; angle Calle 9 et Av. 3 ; cocktails 5-7 $US ; h12h-24h).

Rapsodia *Lounge*

Ce bar-lounge hyper chic, au sobre mobilier noir et blanc, propose une longue liste de cocktails et une carte de plats et d'en-cas de style méditerranéen. Des DJ invités animent souvent l'ambiance. (Tel : 2248-1720 ; www.rapsodiacr.com ; angle Paseo Colón et Calle 40, Sabana Este ; h11h-24h lun-jeu, 22h-4h ven-sam).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Les meilleures adresses pour sortir à San José

Le jeudi, **La Nación** publie la liste (en espagnol) des **divertissements de la semaine** à venir. La rubrique "Week-end" du Tico Times (en anglais) annonce le programme des théâtres, des salles de concerts et des musées. Le **magazine mensuel** gratuit San José Volando est également un bon guide pour **la vie nocturne** et les événements culturels.

San José : les adresses des clubs et discothèques

Musique électronique, hip-hop, salsa, merengue ou reggaetón : on danse sur tous les rythmes dans les clubs de la capitale. La plupart des boîtes ouvrent vers 22h, mais l'animation ne commence qu'après minuit. Les prix d'entrée (généralement de 5 à 10 $US) varient selon le lieu, le DJ et le jour de la semaine. Les adresses apparaissent et disparaissent régulièrement ; renseignez-vous avant de vous déplacer. Le site Internet Tico Party (www.ticoparty.com, en espagnol) fournit une liste actualisée des derniers night-clubs.

Les discothèques les plus sélectes se trouvent à Escazú ; par prudence, prenez un taxi la nuit.

- Complejo Salsa 54 y Zadidas *discothèque*

Situé à l'étage, ce grand club privilégie merengue, salsa, cumbia et swing latino. Ici, les danseurs locaux sont tous des salseros expérimentés. (8865-6919 ; Calle 3 entre Av. 1 et 3).

- Club Vertigo *discothèque*

Installée au rez-de-chaussée d'une tour de bureaux, la principale discothèque de la capitale attire le gratin de Chepe avec un mélange de house, de trance et d'electronica. En bas, la piste de danse peut accueillir 850 personnes. À l'étage, le lounge aux canapés rouges permet de se détendre. Revêtez vos plus beaux atours et sachez que le droit d'entrée s'envole lors des soirées avec DJ invité (à partir de 14 $US). (Tel : 2257-8424 ; www.vertigocr.com ; Paseo Colón entre Calles 38 et 40 ; h22h-aube).

Haut lieu de la vie nocturne, le Centro Comercial El Pueblo déborde d'animation le week-end. Si les discothèques y ouvrent aussi vite qu'elles ferment, voici quelques adresses connues :

Bar Twister

Des DJ sont aux platines tous les soirs dans cet immense club. (Tel: 2222-5746; Centro Comercial El Pueblo ; h18h-4h mer-dim).

Ebony the Community

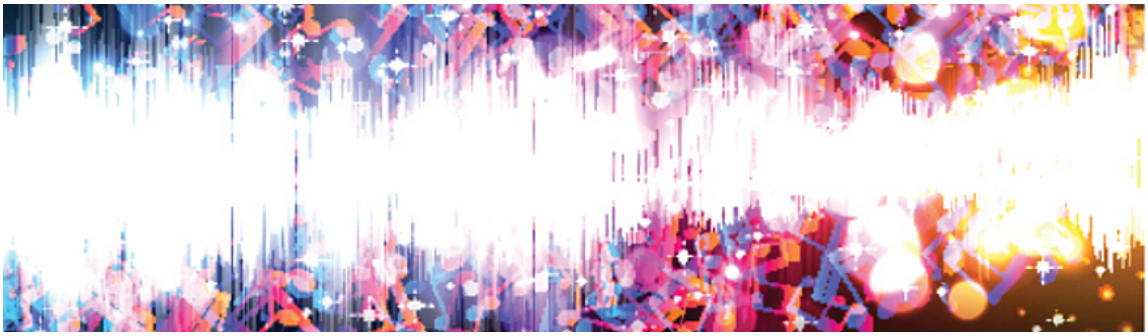
Autre grande discothèque, dédiée au reggae, au dancehall, au hip-hop et au reggaetón. (Tel: 2223-2195; Centro Comerical El Pueblo; h20h-4h mer-dim).

Tarrico

Bar populaire où les Josefinos tenant bien la boisson se retrouvent pour jouer au baby-foot et danser sur la piste. (Tel : 2222-1003 ; h20h-4h).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

San José: la scène gay et lesbienne



San José possède la scène homosexuelle la plus animée d'Amérique centrale. Le prix d'entrée varie selon le lieu et le jour de la semaine (5-10 $US). Certains clubs ferment parfois en semaine (habituellement du dimanche au mardi), d'autres organisent des soirées réservées aux hommes ou aux femmes. Renseignez-vous ou consultez les sites Internet des boîtes.

Nombre de clubs sont installés dans la partie sud de la ville, un secteur mal famé une fois la nuit tombée. Circulez en taxi.

Bochinche

Toutes sortes de musiques, du disco classique à l'électro, ainsi que des soirées à thème. (Tel : 2221-0500 ; www.bochinchesanjose.com ; Calle 11 entre Av. 10 et 12 ; h20h-5h mer-sam).

Club Oh!

Gigantesque discothèque avec lounge attenant, fréquentée par une clientèle très mélangée. Spectacles de drag-queens à minuit le vendredi. (Tel : 2221-9341 ; www.clubohcostarica.com ; Calle 2 entre Av. 14 et 16 ; hà partir de 21h ven-sam).

La Avispa

Boîte existant depuis plus de 30 ans. Tables de billard, piste de danse à l'ambiance endiablée, soirée lesbienne deux fois par mois. (Tel : 2223-5343 ; www.laavispa.co.cr ; Calle 1 entre Av. 8 et 10 ; hà partir de 20h jeu-sam, à partir de 17h dim).

Pucho's Nightclub

Club gay plus populaire et plus torride que d'autres. (Tel: 2256-1147; www.puchosnightclub.com; angle Calle 11 et Av. 8; hlun-sam).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

San José: les adresses des cinémas

De nombreux cinémas projettent des films hollywoodiens sous-titrés ou doublés en espagnol (hablado en español). Les billets coûtent quelque 4-5 $US et sont généralement moins chers le mercredi. Consultez les programmes dans les journaux ou sur les sites Internet des cinémas.

De grands multiplexes sont installés à Los Yoses et à San Pedro. Escazú possède les salles les plus modernes.

Les adresses

Cine Magaly

Films récents projetés dans une grande salle. (Tel : 2223-0085 ; www.ccmcinemas.com ; Calle 23 entre Av. Central et

Sala Garbo

En savoir plus sur la culture costaricaine avec le guide Lonely Planet !

Grands classiques et films d'art et d'essai. (Tel : 2222-1034 ; www.salagarbocr.com ; angle Av. 2 et Calle 28).

Teatro Variedades

Salle datant de 1894, programmation de films indépendants et de productions hollywoodiennes. (Tel : 2222-6108 ; Calle 5 entre Av. Central et 1).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

San José et ses salles de concert

Le Centro Comercial El Pueblo abrite plusieurs endroits accueillant des groupes latinos, de rock ou de tout autre musique. Si les adresses changent régulièrement, Los Balcones (Tel : 2221-4619 ; Centro Comercial El Pueblo; hven-sam), spécialisé dans la nueva trova – chansons engagées latino-américaines –, résiste à l'épreuve du temps.

Pour une ambiance plus haut de gamme, préférez le bar au 2e étage d'El Patio del Balmoral, qui accueille des musiciens les jeudi, vendredi et samedi soir, ou bien le bohème El Morazán. Dans le faubourg voisin de San Pedro, le Jazz Café est le club de musique live le plus coté de la capitale.

El Cuartel de la Boca del Monte *Concerts*

Ce vieux bar plein de cachet, aux murs en briques apparentes, attire depuis longtemps une clientèle nombreuse – dont les étudiants de l'université. Des groupes y jouent presque tous les soirs (en particulier le vendredi). (Tel : 2221-0327 ; www.elcuartel.net ; Av. 1 entre Calles 21 et 23, Barrio California ; h11h30-14h lun-ven, 18h-24h tlj).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Les adresses des théâtres à San José

Parmi les nombreux théâtres de San José, certains proposent des spectacles en anglais. Les journaux locaux, y compris le Tico Times, publient les programmes. En général, les théâtres ne sont pas très grands et se remplissent vite ; achetez vos billets le plus tôt possible.

Les adresses

Auditorio Nacional

Une superbe scène pour des concerts, des ballets, des pièces de théâtre… et l'élection de Miss Costa Rica. (Tel : 2256-5876 ; www.museocr.com ; Museo de los Niños, Calle 4 nord Av. 9).

Little Theatre Group

Troupe de théâtre anglophone qui existe depuis les années 1950 ; les informations sur les représentations figurent sur le site Internet. (Tel: 8858-1446; www.littletheatregroup.org).

Teatro Fanal

Jouxtant le musée d'Art contemporain, ce théâtre héberge une compagnie qui propose des œuvres variées, y compris des pièces pour enfants. (Tel : 2257-5524 ; CENAC – Centre national de la culture, Calle 11 entre Av. 3 et 7).

Teatro La Máscara

Spectacles de danse et représentations théâtrales. (Tel : 2222-4574 ; Calle 13 entre Av. 2 et 6).

Teatro Melico Salazar

Ce théâtre des années 1920, restauré, affiche un programme régulier de concerts, pièces de théâtre, ballets et spectacles de danse. (Tel : 2233-5424 ; www.teatromelico.go.cr ; Av. 2 entre Calles Central et 2).

Teatro Nacional

Le principal théâtre du pays accueille des spectacles de danse, de l'opéra, des concerts de musique symphonique ou latino-américaine, etc. ; saison principale de mars à novembre. (Tel : 2221-5341 ; www.teatronacional.go.cr; Calles 3 et 5 entre Av. Central et 2).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Les adresses des casinos de San José

Plusieurs grands hôtels possèdent des casinos. Bien que l'ambiance soit assez détendue, mieux vaut porter une chemise qu'un T-shirt. Sachez que des prostituées de toutes catégories les fréquentent ; soyez sur vos gardes si votre pouvoir de séduction semble soudainement décuplé !

Les adresses

Casino Club Colonial

Le plus élégant de San José. (Tel : 2258-2807 ; www.casinoclubcolonial.com ; Av. 1 entre Calles 9 et 11 ; h24h/24).

Casino del Rey

Dans un hôtel rose bonbon, un casino où trouver mille et une manières de perdre votre argent, de la roulette aux machines à sous – et la plus forte densité de prostituées de la ville. (Tel: 2257-7800; www.delreyhotel.com; Hotel del Rey; angle Calle 9 et Av. 1; h24h/24).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Les meilleures adresses pour voir du sports à San José

Fort populaires, les corridas (sans mise à mort dans leur version costaricaine) se déroulent dans le faubourg sud de Zapote durant la période de Noël. Le public, souvent fortement alcoolisé, est invité à participer à l'action.

Lonely Planet vous donne une idée sur tous les sports que vous pouvez pratiquer au Costa Rica !

Estadio Nacional de Costa Rica *Stade*

Les matchs de fútbol (football) nationaux et internationaux se déroulent à l'Estadio Nacional, flambant neuf. Il est situé, comme l'ancien stade national depuis 1924, dans le Parque Metropolitano La Sabana. L'ancienne structure – qui a accueilli aussi bien le pape Jean Paul II que le footballeur Pelé, a été démolie, et le nouveau stade, inauguré en mars 2011, accueille désormais 35 000 spectateurs. (Tel : 2284-8700 ; Parque Metropolitano La Sabana).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Les adresses pour faire des achats à San José

Que vous cherchiez des sculptures amérindiennes, des articles design ou des souvenirs kitsch, San José compte d'**innombrables boutiques** pour tous les goûts. Dans les magasins touristiques, vérifiez que les **objets en bois** prétendument authentiques ne soient pas estampillés "**Made in Indonesia**" ! Accepté sur les marchés, le marchandage n'est pas admis dans les boutiques.

Pour découvrir le plus bel **artisanat du pays**, rendez-vous à l'atelier Biesanz Woodworks à Escazú, spécialisé dans le **travail du bois.**

San José: l'art et l'artisanat

Vous souhaitez partir avec des enfants au Costa Rica ? Lonely planet vous donne des conseils sur les itinéraires...

- Galería Namu *Art et artisanat*

Gérée par Aisling French, cette galerie de commerce équitable rassemble des œuvres d'art et de l'artisanat de diverses ethnies de la région : masques boruca, paniers wounaan finement tressés, poupées guaymí, canoës bribrí, céramiques chorotega et sculptures huetar, ainsi que de l'artisanat contemporain urbain et afro-caribéen. L'équipe de la galerie peut aussi vous aider à organiser des visites dans les territoires indigènes des différentes parties du pays. Pour des détails, consultez son site Internet. (Tel : 2256 3412 ; www.galerianamu.com ; Av. 7 entre Calles 5 et 7 ; h9h-18h30 lun-sam, 13h-17h dim jan-avr).

- Kiosco SJO *Art et Artisanat*

Élégante galerie-boutique axée sur le design durable et les œuvres d'artistes et d'artisans d'Amérique latine. On peut aussi bien craquer pour des bijoux ou des bottes en cuir, que pour des photos originales, ou des articles de mode et de décoration conçus par des créateurs reconnus. Si les prix sont élevés, la qualité est exceptionnelle. (Tel : 2258-1829 ; www.kioscosjo.com ; angle Av. 11 et Calle 7, Barrio Amón ; h11h-18h lun, 11h-22h mar-sam).

- eÑe *Art et Artisanat*

Cette petite boutique branchée, en face de la Casa Amarilla, vend toutes sortes d'articles créés par des artistes ou des stylistes costaricains, notamment des vêtements, des bijoux, des sacs, des cadres et des œuvres d'art graphique. (Tel : 2222-7681 ; laesquina13y7@gmail.com ; angle Av. 7 et Calle 13 ; h10h-18h30 lun-sam).

- La Casona *Marché*

Ne manquez pas le premier piège à touristes de Chepe –son côté pratique compense l'authenticité douteuse. Divers stands, répartis sur 2niveaux, vendent des T-shirts, des carnets en feuilles de bananier, des stickers représentant des grenouilles et, en cherchant bien, de l'artisanat de qualité. (Calle Central entre Av. Central et 1 ; h9h30-18h30 lun-sam).

Mercado Central *Marché*

Il n'y a pas mieux en ville pour dénicher toutes sortes d'articles à prix imbattables, des hamacs fabriqués au Nicaragua aux T-shirts pura vida (made in China). Cela dit, le café et les cigares, plus typiquement costaricains et d'excellente qualité, sont bien moins chers que dans les boutiques pour touristes. (Av. Central et 1 entre Calles 6 et 8 ; h6h-18h lun-sam).

Mercado Artesanal *Marché*

Ce marché touristique en plein air vend de tout : bijoux artisanaux, T-shirts à l'effigie de Bob Marley, objets en bois travaillés, cortes (pièces de tissu) guatémaltèques...(Marché artisanal ; Plaza de la Democracia, Av. Central et 2 entre Calles 13 et 15 ; ouvert milieu de matinée-crépuscule).

Rincón del Habano *Cigares*

Cette petite boutique est fréquentée par les amateurs depuis plus de dix ans pour sa vaste sélection de cigares, provenant notamment du Costa Rica, de la République dominicaine, du Nicaragua et de Cuba. (Calle 7 entre Av. Central et 1 ; h9h-18h30 lun-ven, 9h30-17h30 sam).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Où acheter des livres à San José

Les adresses

Journaux, magazines, cartes et livres, essentiellement en anglais, sont disponibles partout en ville.

7th Street Books

La plus grande librairie d'ouvrages en anglais vend aussi des cartes et de la musique. (Tel: 2256-8251; Calle 7 entre Av. Central et 1; h9h-18h lun-sam, 10h-17h dim).

Librería Lehmann

Bon choix de livres et de guides en anglais, ainsi que de cartes topographiques (à l'étage). (Tel : 2223-1212 ; www.librerialehmann.com ; Av. Central entre Calles 1 et 3 ; h8h-18h30 lun-ven, 9h-17h sam, 11h-16h dim).

Librería Universal

Au 2e niveau, une petite sélection de livres en anglais et un rayon consacré à la littérature costaricaine. (Tel : 2222-2222 ; www.universalcr.com ; Av. Central entre Calles Central et 1 ; h8h30-19h lun-ven, 9h-18h sam, 9h-17h dim).

Mora Books

Très nombreux ouvrages d'occasion en plusieurs langues, dont le français ; la meilleure adresse pour faire provision de livres, mais les horaires d'ouverture sont aléatoires. (Tel : 8383-8385 ; www.morabooks.com ; Calle 5 entre Av. 5 et 7 ; h11h-19h).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Insert title here

Découvrez les incontournables du Costa Rica avec le guide Lonely Planet !

La selection d'adresses Lonely Planet à Jaco

La selection Lonely Planet des hôtels de Jaco

Les adresses

Depuis des années, Jacó accueille **toutes les catégories de touristes** et ne manque donc pas d'options. De la chambre en ciment dans un immeuble sans charme n'offrant guère plus qu'un lit et un ventilateur au **complexe hôtelier luxueux**, le choix, immense, se concentre dans quelques rues.

Le centre-ville, avec ses **nombreux bars et discothèques**, peut être bruyant, contrairement aux quartiers nord et sud, où l'ambiance est plus calme et détendue.

Jacó et ses environs sont parsemés d'hôtels petits budgets, toutefois des vols sont régulièrement signalés aux lecteurs de Lonely Planet. Quelques dollars supplémentaires vous assureront une **chambre plus sûre** et la **tranquillité d'esprit** qui va avec.

Les hôtels de **moyenne catégorie** sont légion dans Jacó. Certains, tout en offrant la fiabilité, la sécurité, et un cadre confortable à des voyageurs un peu **plus exigeants** ont même un certain charme.

Si la ville s'était peu à peu tournée vers le **tourisme de luxe**, la crise économique mondiale a arrêté brutalement le développement de nombreux complexes hôteliers haut de gamme. Vous n'en trouverez pas moins des complexes en formule tout compris et quelques hôtels de charme et **pensions de luxe**.

Mieux vaut réserver pendant les week-ends de la saison sèche, et encore plus à Pâques et entre Noël et le jour de l'An. Si vous envisagez de **rester plus de 5jours** , renseignez-vous sur les tarifs longue durée. Les prix indiqués sont ceux de la haute saison; le reste du temps, ils baissent parfois de 30 à 40.

Les adresses

Sonidos del Mar *pension*

Howard et Lauri, un couple américano-sud-africain, vous accueillent comme si vous faisiez partie de la famille. Située au cœur d'un jardin, au détour d'une rivière, cette pension est sans doute l'une des plus belles du pays. Collectionneuse et artiste de talent, Lauri a décoré chaque chambre de peintures, sculptures et objets artisanaux. La maison, très soignée, se pare de plafonds voûtés en bois du Nicaragua et de douches en pierre volcanique noire; elle loge jusqu'à 6 personnes. La plage est à 50 m ; kayaks et planches de surf sont à la disposition des hôtes, qui peuvent également profiter du spa. Tarifs promotionnels à la semaine et au mois. (Tel: 2643-3924, Tel: 2643-3912; www.sonidosdelmar.com; Calle Hidalgo; maison 250 $US).

La Comita *CabinaS*

Un établissement intime et simple, à quelques pas du quartier trépidant de la nuit, mais calme, près de la Calle Bohio. Meilleure option petit budget pour ceux qui recherchent une chambre privée, il comporte un parking clos et sécurisé. Les clients paressent dans des hamacs tendus devant chaque chambre, qui va de la basique sans sdb à celle avec TV câblée et clim. Le maître des lieux, un expatrié canadien français, vous communiquera ses bonnes adresses et vous aidera à éviter les attrape-touristes. (Tel : 2643-3615 ; Av Pastor Díaz ; chambre double sans sdb 31 $US, avec sdb, ventilateur et clim 53 $US).

Hotel Mar de Luz *HÔtel*

Cet adorable petit hôtel aux fresques murales ornées de tulipes et de moulins, entre Calles Las Palmeras et Las Olas, abrite de jolies chambres soignées, avec clim, idéales pour les familles. Deux piscines et plusieurs barbecues sont à disposition. Les chaleureux propriétaires, des Néerlandais qui parlent espagnol, anglais, allemand et italien, sont une mine d'informations sur la région. Par ailleurs, ils militent activement contre la drogue et la prostitution à Jacó et sont le moteur d'une admirable campagne pour nettoyer la ville. (Tel : 2643-3259 ; www.mardeluz.com ; Av. Pastor Díaz ; chambre double/triple/quadruple avec petit-déj 78/98/118 $US).

Cabinas Antonio *CabinaS*

Bien connue des voyageurs un peu fauchés et des familles ticas, cette poignée de cabinas à l'extrémité nord de Jacó affiche un des meilleurs rapports qualité/prix. Chambres quelconques mais propres et confortables, équipées d'une douche (eau froide) et de la TV câblée. Et quand on est à deux pas des vagues, on ne peut être trop exigeant. (Tel : 2643-3043 ; angle Av. Pastor Díaz et Bulevar ;chambre double 39 $US).

Clarita's Beach Hotel and Sports Bar and Grill *Hôtel*

La devise de tout investisseur immobilier se résume à ces trois mots : emplacement, emplacement et encore emplacement. Si l'on suit ce mantra, l'emplacement du Clarita sur la plage, à l'extrémité ouest du Bulevar, est imbattable ! Les chambres basiques égayées de touches mignonnes sont bon marché, surtout si vous vous contentez d'un ventilateur. Les plus chères vous offrent le luxe d'une douche chaude, de la TV câblée et de la clim. Le bar sportif en plein air est un lieu chaleureux où l'on savoure bière et nachos. (Tel : 2643-3327 ; www.claritashotel.com ; chambre simple/double à partir de 70/80 $US).

AparHotel Vista Pacífico *Appartements*

Situé sur la crête d'une colline, à l'écart du Bulevar, juste à la sortie de Jacó, cet hôtel canadien est un joyau qui vaut le détour. La vue sur la côte est époustouflante, en particulier quand le ciel s'embrase au coucher du soleil. Sa situation dans la montagne signifie aussi qu'il fait plus frais de quelques degrés et qu'on est au plus au calme que dans Jacó. Vous apprécierez les agréables chambres de différentes tailles et formes, adaptées à tous les budgets, et encore plus vos hôtes chaleureux et attentionnés. Un barbecue creusé dans le sol permet même de se régaler de grillades tout en bavardant avec les autres clients. (Tel : 2643-3261 ; www.vistapacifico.com ; d avec petit-déj à partir de 68 $US).

Docelunas *Hôtel de charme*

Perché sur les hauteurs de l'autre côté de la grand-route, le "Douze Lunes" jouit d'un cadre paradisiaque et préservé, dans la forêt tropicale. Il ne compte que 20 chambres meublées en teck et décorées d'œuvres d'art originales (à vendre), qui se doublent d'une luxueuse sdb comportant deux lavabos et deux baignoires. Cours de yoga quotidiens, centre de soins et de remise en forme – avec sa propre gamme de produits de beauté –, piscine qui se fond dans le paysage, alimentée par une cascade. Restaurant de plein air à la carte bien fournie, affichant notamment un ceviche de marlin (à base de poisson cru soigneusement mariné) et des plats végétaliens. Pour vous y rendre, prenez à gauche sur la Costanera entre les deux accès à Playa Jacó. (Tel : 2643-2277 ; www.docelunas.com ; Costanera Sur ; chambre double/junior suite avec petit-déj 140/160 $US).

Hotel de Haan *Auberge de jeunesse*

Plébiscité de longue date par les globe-trotters, cet hôtel néerlando-tico est l'une des meilleures adresses bon marché de la ville. Chambres propres et sûres, carrelées, et dotées d'une douche avec une eau bien chaude (les dortoirs partagent une sdb). Cuisine commune avec réfrigérateur ; piscine et accès Internet 24h/24 gratuit. Profitez de la terrasse à l'étage, où l'on peut discuter jusqu'à l'aube avec d'autres voyageurs. (Tel : 2643-1795 ; www.hoteldehaan.com ; Calle Bohío ; dortoir/chambre double à partir de 19/48 $US).

Hotel Poseidon *Hôtel*

Tenu par des Européens, ce petit hôtel est paré, à l'extérieur, d'immenses sculptures en bois de style grec. Les chambres impeccables sont agrémentées de mosaïques et de meubles élégants. Mais on vient surtout ici pour le restaurant de plein air, une des meilleures tables de la ville, qui sert des spécialités de poissons. Piscine, bar flottant et petit Jacuzzi permettent de faire connaissance avec ses voisins. (Tel : 2643-1642 ; www.hotel-poseidon.com ; Calle Bohío ; d à partir de 105 $US).

Villas Estrellamar *Villa*

Les chambres spacieuses de cet hôtel, à l'extrémité est de la Calle Las Olas, sont louées à un prix d'ami si l'on considère la grande sdb et le balcon privé, mais cela vaut le coup de payer un peu plus pour disposer d'une villa. Disposant d'une ou deux chambres, toutes sont équipées d'une cuisine et offrent l'espace nécessaire pour se détendre après une journée de plage – ou une nuit en ville. Relaxez-vous dans le pavillon aux hamacs et tentez d'apercevoir les gros iguanes qui vivent ici et viennent manger près du manguier. (Tel: 2643-3102;www.estrellamar.com; chambre simple/double 75/85 $US, villas 1/2 chambre 85/100 $US).

Camping El Hicaco *Camping*

Le seul camping digne de ce nom de la ville, avec tables de pique-nique, sdb et casiers à cadenas pour vos affaires. Proche des bars et des discothèques, il se peut cependant que vous ne fermiez pas l'œil de la nuit. Ne laissez rien de précieux dans votre tente ; les vols sont courants. (Tel:2643-3004 ; Calle Hicaco ; emplacement/personne 5 $US).

Hotel Copacabana *Hôtel*

Ce complexe hôtelier sur 3 étages vaut surtout pour sa gamme de chambres et de suites de tailles variées. Assez modernes, les chambres de catégorie standard sont d'un prix raisonnable vu la situation de l'hôtel face à la mer et ses équipements parmi lesquels une jolie piscine et un Jacuzzi. Bien sûr, les grandes suites sont plus agréables, avec leur kitchenette équipée et leur vaste balcon offrant de magnifiques couchers de soleil sur le Pacifique. (Tel : 2643-1005 ; www.copacabanahotel.com ; Calle Anita ; chambre/suite à partir de 95/159 $US).

Best Western Jacó Beach Resort *Hôtel*

Géré par la célèbre chaîne américaine, cet établissement situé entre le Bulevar et la Calle Ancha offre tous les avantages d'un complexe balnéaire à Jacó, notamment un accès à la plage, beaucoup d'espaces et un grand choix d'activités. Les chambres toutefois sont sombres et accusent leur âge. L'hôtel accueille une clientèle fidèle de Ticos, alors que les étrangers préfèrent des établissements plus récents et plus luxueux. Tarifs promotionnels proposés sur Internet. (Tel : 2643-1000 ; www.bestwestern.com ; Av. Pastor Díaz ; ch à partir de 141 $US).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La seclection d'adresses pour se restaurer à San José

En général, **on mange bien à Jacó**. Exception faite des localités de Quepos et de Manuel Antonio, la ville offre le plus **grand choix de cuisine étrangère** sur la côte pacifique centrale ; plusieurs restaurants ticos ont survécu au **boom touristique**.

Les horaires de fermeture sont très variables, notamment à la **saison des pluies** – mieux vaut se restaurer de bonne heure.

Les adresses

Los Amigos *Mexicain*

La carte en anglais décline pêle-mêle plats mexicains, thaïlandais, wraps et en-cas. On pourrait être en Amérique du Nord, pourtant cette ambiance d'avant la fête, le climatiseur à fond, le wi-fi sont typiques de Jacó. Si la nourriture généreusement servie est quelconque, la longue carte de bières importées suscitera sans doute plus d'intérêt. (Tel : 2643-2961 ; angle Av. Pastor Díaz et Calle Pops ; plats 6-12 $US ; h12h-23h dim-jeu, 12h-1h ven et sam).

Soda A Cachete *CafÉ*

Si de nombreux sodas ont dû s'adapter aux goûts des étrangers, cette petite adresse encore typique survit grâce à sa fidèle clientèle locale de surfeurs. Ils viennent pour ses robustes et excellents petits-déjeuners et déjeuners. Pour quelques pièces, vous aurez du riz, des haricots, le plat de poisson ou de viande du jour et un jus de fruits. Face à la Croix-Rouge. (Tel : 8633-1831 ; Av. Pastor Díaz ; plats 4-8 $US ; h7h-17h).

Tsunami Sushi *Japonais*

Les amateurs de poisson cru apprécient ce restaurant moderne et animé, au nord de Calle Cocal, pour son choix de sushis, sashimis et de California rolls. N'oubliez pas que de savoureux poissons peuplent les eaux du Pacifique, comme la dorade coryphène, le thon et le thazard noir. (Tel : 2643-3678 ; Av. Pastor Díaz ; plats 7-15 $US ; h17h-22h dim-jeu, 17h-1h ven).

Wok *Chinois*

La carte panasiatique de ce restaurant ouvert tard est fiable, surtout pour les plats au wok et les côtelettes (seulement le mercredi). Assis à l'une des tables face à l'artère principale de Jacó, on est au théâtre. À côté du Budget Rent-a-Car. (Tel: 2643-6168; Av. Pastor Díaz; plats 4-8 $US ; h11h30-22h lun-sam).

Hotel Poseidon Restaurant *fruits de mer*

Une des adresses les plus raffinées de la ville. Poissons et fruits de mer sont préparés à l'asiatique, les sauces sont créatives, le personnel est très qualifié et l'ambiance chic, mais pas guindée. Nos lecteurs plébiscitent cette cuisine d'excellente qualité, servie dans un cadre à l'européenne. (Tel : 2643-1642 ; Calle Bohío ; plats 10-30 $US).

El Hicaco *fruits de mer*

De l'avis général, c'est l'une des meilleures tables de Jacó, élégante mais pleine de simplicité. L'établissement donne sur l'océan. Sa carte, innovante, est composée à partir des produits de saison et fait la part belle aux spécialités de la mer, avec une large variété de sauces aux saveurs tropicales. (Tel: 2643-3226; Calle Hicaco; plats 10-20 $US).

Lemon Zest *Fusion*

Le chef Richard Lemon (qui enseignait au Cordon Bleu de Miami) remporte un franc succès pour sa carte haut de gamme, la plus raffinée de Jacó. Les penne aux crevettes, le magret de canard à la sauce aux myrtilles et le thon grillé manquent peut-être de créativité, mais l'exécution est parfaite, ainsi que le cadre jouant sur une douce lumière et des peintures modernes. Excellente carte des boissons. Juste au sud du supermarché Más X Menos. (Tel: 2643 2591 ; Av. Pastor Díaz ; plats 15-20 $US ; h17h-22h lun-sam).

Rioasis *Pizzeria*

On propose ici plus de 30 sortes de pizzas, cuites au feu de bois, confectionnées avec de très bons ingrédients, de provenance locale ou étrangère. Une excellente adresse, très prisée. (Angle Calle Cocal et Av. Pastor Díaz ; pizzas 9-13 $US ; h12h-24h).

Bar Restaurante Colonial *Tapas*

Organisé autour d'un vaste comptoir face aux tables en terrasse, un agréable bar-restaurant, parfait pour grignoter quelques bouchées accompagnées d'un ou deux cocktails inventifs. Poissons et fruits de mer viennent équilibrer la carte de restauration rapide, tandis que les boissons font un excellent usage des liqueurs et des fruits frais de la région. (Angle Av. Pastor Díaz et Calle Bohío ; plats 6-10 $US ; h10h-24h).

Taco Bar *Mexicain*

Ce bar sert plats mexicains, poisson, salades et smoothies. Faites votre choix parmi plus de 20 sortes de salades exotiques, ou bien goûtez l'exceptionnel taco au poisson. Les boissons sont servies au litre. (Calle Pops ; plats 6-12 $US ; h8h-18h).

Más X Menos *Provisions*

Ce supermarché de style occidental offre un choix impressionnant de produits frais et d'articles d'épicerie de toutes provenances. (Av.PastorDíaz; h8h-21hlun-ven,8h-22h sam, 7h-21h dim).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La selection d'adresses pour sortir et prendre un verre à Jaco

Certes, Jacó n'est pas réputé pour ses loisirs culturels, mais la ville ne manque pas de lieux où **s'amuser jusqu'au petit matin**. Bars et discothèques sont nombreux à vouloir divertir tout spécialement **expatriés et touristes**, mais n'oubliez pas qu'ici **la vie nocturne** tourne en grande partie autour de la prostitution. Les "**clubs pour messieurs**" sont à chaque coin de rue. Aussi, avant de vous mettre dans **une mauvaise passe**, inspectez la clientèle et méfiez-vous si elle est constituée de Nord-Américains d'Européens accompagnés de **jeunes Ticas**, fort peu vêtues.

Les adresses

Clarita's Beach Hotel and Sports Bar and Grill *Bar sportif*

Ce bar à l'extrémité ouest du Bulevar, également hôtel et grill, sert une cuisine de pub variée et de la bière à la pression. Les amateurs de sports apprécient de pouvoir suivre leur match sur le grand écran, servis par des barmaids habillées en pom pom girls. Le samedi après-midi, un trio de farfelus s'installe à l'angle pour égrener des airs du Costa Rica et des succès de Bob Marley version calypso.

Le Loft *DJ*

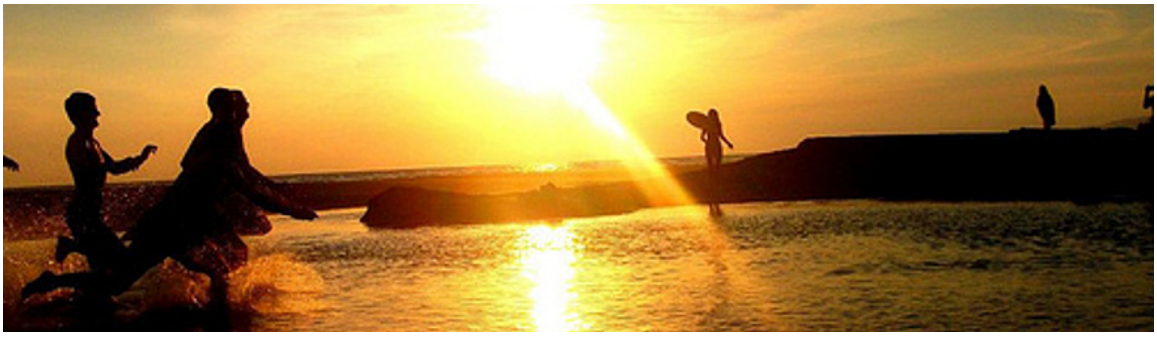
(Av. Pastor Díaz). Une adresse à la sophistication urbaine, la plus chic de Jacó, émerge enfin des discos de plage et des bars à hôtesses. Les DJ mixent les morceaux du moment, tandis que les clients à la recherche du glamour font tout pour paraître beaux et originaux. Du balcon surplombant l'animation de la rue, les clients sont aux premières loges. Consultez le calendrier des événements spéciaux.

Disco La Central *DanSe*

(Calle La Central). Que la piste soit pleine ou non, ici on pousse le son à 23h. Installée de longue date à Jacó, cette discothèque rétro plaît toujours autant aux habitants du coin. L'animation n'y bat son plein que lorsque les restaurants et les bars poussent les derniers clients, un peu éméchés, vers ses lumières fluo et ses déferlantes de musique.

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La selection des adresses Lonely Planet à Puerto Viejo



La selection d'hôtels à Puerto Viejo

Puerto Viejo propose un peu de tout. Sauf mention contraire, dans **toutes les catégories**, les chambres ont une sdb privative avec eau chaude. Il reviendra légèrement moins cher de **payer en espèces**.

Les adresses

- Hotel Pura Vida *auberge*

Malgré son prix modeste, l'ambiance et les équipements sont de catégorie moyenne. Cette auberge germano-chilienne située dans une rue tranquille face au terrain de foot propose 10 chambres claires et impeccables (carrelage, bois ciré, draps de couleurs vives). La n°6 est plus jolie et jouit d'une splendide vue sur la ville depuis la douche chauffée à l'énergie solaire. Le long du jardin soigneusement entretenu, vous trouverez un salon meublé de chaises longues et de hamacs. Petits-déjeuners, collations et bières glacées contre un supplément. Parfait pour les couples. Cartes bancaires acceptées. (Tel: 2750-0002 ; www.hotel-puravida.com ; chambre simple/double/triple sans sdb 28/32/42 $US, chambre simple/double/triple 34/38/48 $US).

- Banana Azul *Lodge*

En retrait de la ville, cet hôtel jouit d'un cadre merveilleusement paisible à la frontière d'une plage de sable noir. Les chambres sont du plus beau chic tropical : parquets brillants, draps blancs, moustiquaires et vérandas particulières avec vue sont complétés par des détails charmants comme les broméliacées dans les douches. Le restaurant-bar sert des repas et d'épatants cocktails. Location de vélo, planche de surf et tuba. Accès à la plage tout proche. Enfants admis à partir de 16 ans. Cartes bancaires acceptées. (Tel :2750-2035 ; www.bananaazul.com ; chambre simple/double à partir de 74/79 $US, d suite 149 $US, avec petit-déj).

Blue Conga Hotel *B&B*

Séduisant B&B, à 1 km environ à l'est de la ville. Les 10 chambres simples, dans un édifice de style tropical, portent toutes des noms de plantes locales. Vastes et hautes de plafond, elles comportent des fenêtres à claire-voie, des lits à baldaquins avec moustiquaires, des lampes artisanales et des terrasses privatives. Petit-déjeuner servi dans le grand rancho du jardin, où il fait bon se reposer. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2750-0681 ; www.bluecongacr.com ; chambre double/triple/quadruple avec petit-déj 70/85/95 $US).

Escape Caribeño *BungaloWs*

Les charmants propriétaires italiens tiennent de manière impeccable ces 14 bungalows avec sdb immaculée, certains côté plage, d'autres dans un jardin de l'autre côté de la route, à 500 m à l'est de la ville près de la Playa Cocles. Les logements les plus chers occupent de coquets édifices de style caribéen, tous avec douche avec parois en verre coloré, minibar, TV câblée, ventilateurs et hamacs. Petit-déjeuner possible sur réservation. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2750-0103 ; www.escapecaribeno.com ; chambre simple/double/triple sur jardin 70/75/85 $US, sur l'océan 80/85/95 $US).

Cabinas Guaraná *Cabinas*

En ville, dans un exubérant jardin tropical, ces 10 cabinas de ciment peintes de couleurs vives sont une excellente option, avec leurs meubles en bois, leurs tapisseries amérindiennes colorées et les petites terrasses privées avec hamacs. Spacieuse cuisine commune et cabane dans un arbre offrant une vue spectaculaire sur la mer. Cartes bancaires acceptées. (Tel: 2750-0244 ; www.hotelguarana.com ; chambre simple/double/triple/quadruple 33/41/51/58 $US).

Casa Verde *Cabinas*

Des sentiers dallés serpentent dans le jardin où l'on trouve 17 chambres impeccables avec haut plafond, mobilier en bois sombre, touches folkloriques et terrasses privées avec hamacs. Les moins chères sont plus rudimentaires, mais les sdb communes sont étincelantes. Piscine et Jacuzzi. Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2750-0015 ; www.cabinascasaverde.com ; chambre simple/double sans sdb à partir de 40/46 $US, chambre simple/double/triple/quadruple 62/78/95/109 $US).

Cashew Hill Jungle Cottages *Bungalows*

Répartis à flanc de colline entre des statues de style précolombien, les 7 bungalows de ce charmant établissement dans la jungle sont colorés et confortables. Les cabanes de bois peintes dans des teintes acidulées ont des cuisines équipées, des chambres similaires à des lofts et des touches plus culture locale (lavabos incrustés de coquillages). Toutes les chambres ont des vérandas ou des patios avec fauteuils et hamacs, et l'un des bungalows de deux chambres offre une vue splendide sur l'océan. Adresse un peu loin au sud de la ville, mais elle vaut le détour. Cartes bancaires acceptées. (Tel: 2750-0256, Tel: 2750-0001; www.cashewhilllodge.co.cr; cottages 90-150 $US).

Jacaranda Hotel & Jungle Garden *Cabinas*

Dans un jardin fleuri aux allées décorées de mosaïques, près du terrain de foot, 15 cabinas simples en bois avec coffres, sols carrelés impeccables et fleurs au mur. Yoga et massage, cuisine commune et patio pour lézarder. Cartes bancaires acceptées. (Tel :2750-0069;www.cabinasjacaranda.net; chambre simple/double/triple/quadruple à partir de 25/35/40/45 $US).

Lotus Garden *Hôtel*

À 200 m seulement à l'est de la ville, une escapade à Kyoto vous attend. Les 9 suites comportent immenses lits à colonnes, TV câblée, clim, coffres, Jacuzzi et textiles asiatiques. Les doubles plus petites, avec ventilateur au plafond, sont moins raffinées. Pour rester dans le ton, vous pouvez dîner au Lotus Garden Restaurant, vivement recommandé. (2750-0232 ; www.lotusgardencr.com ; chambre double 65-90 $US).

Cabinas Tropical *Cabinas*

(Tel: 2750-0283 ; www.cabinastropical.com ; chambre simple/double 38/42 $US, chambre double avec clim 48 $US). Dix chambres spacieuses décorées de bois verni et de carrelages brillants sont réparties autour d'un jardin paysager à la lisière est de la ville. Autre atout, en plus de leur confort : le propriétaire Rolfe Blancke, biologiste, organise des randonnées d'observation des oiseaux au lever du soleil (60 $US/pers, 3 pers minimum, petit-déj compris).

Coco Loco Lodge *Bungalows*

Ce paisible hôtel tenu par des Autrichiens propose divers types d'hébergement. Les bungalows coiffés de palmes, avec parquet poli, minibar et cafetière, sont les plus séduisants. Tous ont des vérandas privées avec hamacs et vue sur le grand jardin. Cartes bancaires acceptées. (Tel: 2750-0281; www.cocolocolodge.com; chambre double 57-69 $US, d bungalow 63-75 $US).

Agapi *Hôtel*

Superbe emplacement en bord de mer, sur la route de la Playa Cocles, pour cette chaleureuse adresse gérée par un couple gréco-costaricain. Jardin méticuleusement entretenu et 18 hébergements sobres, de tailles et de formes diverses, des bungalows lambrissés aux vastes appartements avec vue sur l'océan. Piscine, Jacuzzi, et bassin pour enfants. Petit-déjeuner et location de vélo contre un supplément. Cartes bancaires acceptées. (Tel: 2750-0446 ; www.agapisite.com ; chambre double standard 69-81 $US, chambre double/quadruple suite 120/150 $US).

Kaya's Place *auberge*

Petite auberge accueillante à la lisière ouest de la ville, comptant 17 chambres sommaires mais douillettes, certaines avec douches (eau froide) communes. Certains logements sont plutôt tristounets, mais ceux qui font face au jardin sont plus lumineux. Le salon à l'étage, avec hamacs, offre une vue magnifique sur l'océan. Vélos à louer ; Cartes bancaires acceptées. (Tel : 2750-0690 ; www.kayasplace.com ; chambre simple/double sans sdb 20/30 $US, chambre double avec/sans vue sur l'océan 45/35 $US).

Lizard King Resort *Cabinas*

Ensemble en bois de 2 étages en lisière de la ville, aux chambres sobres dominant une piscine au milieu d'une cour tranquille. Toutes ayant des claires-voies près du plafond pour la circulation de l'air, celles de l'étage préservent mieux l'intimité. Restaurant mexicain ; ambiance tranquille. (Tel: 2750-0614 ; www.lizardkingresort.com ; chambre simple/double 35/45 $US, chambre double avec clim 75 $US).

Hotel Puerto Viejo *Cabinas*

Chaussures, chemises et soucis restent à la porte. Au milieu de la ville, ce dédale de 68 chambres en bois, dont certaines logent jusqu'à 8 personnes, s'adresse aux surfeurs. Le propriétaire n'est autre que l'expert en la matière, Kurt Van Dyke. Logements rudimentaires, mais propres et équipés de solides ventilateurs et de sdb alimentées en eau de pluie recyclée. Immense cuisine commune et un bar relax où toutes les conversations ont trait au surf. Réduction à partir de la troisième nuit. Cartes bancaires acceptées. (Tel: 2750-0620 ; dortoir 10 $US, chambre sans sdb 10 $US/personne).

Bungalows Calalú *Bungalows*

Agréable établissement familial composé de bungalows dispersés dans un jardin tropical avec piscine alimentée par une cascade. (Tel : 2750-0042 ; www.bungalowscalalu.com ; chambre simple/double/triple 35/45/50 $US, chambre double/triple/quadruple avec cuisine et clim 60/70/80 $US).

Coconut Grove *Auberge*

Établissement simple et convivial à l'est de la ville. (Tel: 2750-0093 ; www.coconutgrovepuertoviejo.com ; chambre simple/double 33/38 $US, chambre simple/double sans sdb 23/28 $US).

Monte Sol *Cabinas*

Au calme, à l'est de la ville, des cabinas sommaires et propres avec sol carrelé, moustiquaires et hamacs. (Tel : 2750-0098 ; www.montesol.net ; chambre double avec/sans sdb 30/25 $US, chambre double/quadruple bungalow avec cuisine 45/65 $US).

Cabinas Larry *Cabinas*

Tenue par des locaux, une adresse en ville agréable, propre, sûre et bon marché. (Tel: 2750-0964; s/d 20/26 $US).

El Pizote *Cabinas*

Une chaleureuse adresse familiale, dans un jardin paisible, à l'ouest de la ville. (Tel : 2750-0227;www.elpizotelodge.com; double/triple/quadruple 63/79/93$US, bungalows avec/sans clim 109/79 $US).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La sélection d'adresses pour manger à Puerto Viejo

Puerto Viejo offre un choix impressionnant de restaurants. De quoi vous changer des sempiternels casados.

Les adresses

Stashu's con Fusion *Fusion*

Sur le chemin de la Playa Cocles, à 250 m de la ville, ce romantique café-patio éclairé aux chandelles sert une cuisine fusion créative associant les Caraïbes, l'Inde, le Mexique et la Thaïlande. Les moules à la vapeur au curry rouge, le poulet tandoori au coco ne sont que deux savoureux exemples. Au menu également, d'excellents mets végétariens et végétaliens. Le propriétaire et chef Stash Golas est un artiste, pas seulement en cuisine. À ne pas manquer. (Tel : 2750-0530 ; plats 7-18 $US ; h17h-22h jeu-mar).

Beach Hut *Fusion*

Cette cabane sur le sable vous offre une vue panoramique de la Salsa Brava, que l'on savoure encore davantage quand arrive le thon grillé sous sa croûte de poivre noir, piments écrasés et graines de sésame, déposé sur un lit de fines rondelles de courgettes, champignons sauvages et oignons rouges, le tout arrosé d'une marinade à la sauce de soja... Sommes-nous vraiment dans une cabane de plage ?! (Tel : 2750-0895 ; plats 8-18 $US ; h12h-24h).

Bread & Chocolate *petit-déjeuner*

Avez-vous déjà dégusté un PB&J (pain, beurre de cacahuètes et jelly) complètement maison ? C'est ce que vous propose entre autres ce café gourmand du centre-ville. Les cafés sont servis dans une cafetière à piston et vous dosez vous-même votre moka en ajoutant chocolat et lait chaud. Tout, du gaspacho au granola, est concocté ici avec le plus grand soin. Un délice ! (Tel: 2750-0723; petit-déj 3-7 $US; h6h30-18h30 mar-sam, 6h30-14h30 dim).

Veronica's Place *Végétarien*

Ce charmant café végétarien sur l'artère principale de la ville renouvelle les classiques caribéens avec des fruits et légumes frais et sains, et des produits à base de soja. Veronica loue aussi des cabinas, possède un magasin d'aliments macrobiotiques et propose de faire du bénévolat sur sa ferme biologique. (Tel : 2750-0263 ; www.veronicasplacepv.com ; plats 4-7 $US ; h8h-21h dim-jeu, 8h-16h ven).

Soda Mirna *Caribéen*

Modeste petit soda sur l'artère principale, idéal pour profiter du spectacle de la rue tout en dégustant de savoureux plats caribéens. Essayez les côtelettes de porc fumées aux oignons marinés ou le ragoût de poulet acidulé servi avec riz et haricots. Ne manquez surtout pas la sauce maison très relevée. (Plats 5-8 $US ; h12h-22h).

Chile Rojo *Asiatique*

Ce café fusion asiatique branché surplombant l'artère principale offre le lundi soir un buffet à volonté composé de sushis et autres mets asiatiques. Les autres soirs, le bar à sushis ouvre vers 19h30. La cuisine fait le tour de l'Asie : taboulé, tikkas indiens, currys thaïlandais, etc. (Tel : 2750-0025 ; plats 6-15 $US ; hjeu-mar 12h-23h).

Pan Pay *Boulangerie*

Adresse populaire en bordure de plage, excellente pour son café fort, ses viennoiseries et ses généreuses tranches d'omelette espagnole servies avec du pain aux tomates croustillant. Outre les sandwichs et collations, nous conseillons les succulents croissants au chocolat. (Tel: 2750-0081; plats 3-6 $US; h7h-19h).

Puerto Viejo Bakery *Boulangerie*

À l'est de la ville, sur la route de la Playa Cocles, de croustillants pains complets et baguettes sortent du four chaque jour, parfaits pour un pique-nique. Beaucoup de choses simples et saines – yaourt aux fruits et granola, sandwichs originaux – mais aussi de riches pâtisseries françaises et du pain perdu brioché. (pâtisseries 1-4 $US, sandwichs 7-10 $US ; h7h-19h).

Restaurant Salsa Brava *fruits de meR*

Spécialisée dans les fruits de mer et les grillades au barbecue, cette adresse populaire est parfaite pour un cocktail au coucher de soleil sur la Salsa Brava, la fameuse vague de récif. Happy hour entre 17h et 19h, avec mojito doubles à 6 $US. (Tel: 2750-0241; plats 9-20 $US; h12h-22h).

Amimodo Caribe Restaurant *Italien*

Les pizzas et les spaghettis au homard (29 $US), entre autres plats de pâtes maison, proposés par cet établissement italien prisé à l'est de la ville, se dégustent en écoutant le bruit des vagues. Plus économique, le "menu surfer" (7 $US) réunit des spécialités roboratives comme le fish and chips et le chicken-fried steak (escalope de bœuf panée) accompagné de riz. (Tel : 2750-0257 ; plats 9-29 $US ; h16h-22h lun-jeu, 12h-22h ven-dim).

Koki Beach *Latino-Américain*

À l'extrémité est de la ville, cet établissement huppé d'inspiration floridienne diffuse des classiques reggae et arbore des chaises longues colorées sur une plate-forme en bois surplombant l'océan. Sélection correcte de ceviches (poisson mariné au citron ou lime, ail et aromates) aux accents péruviens, de viandes et de poissons, mais peu d'options végétariennes. (Tel : 2275-0902 ; www.kokibeach.com ; plats 11-26 $US ; h14h-24h mer-dim).

Café Viejo *Italien*

Ce restaurant-bar méditerranéen, élégant mais cher, séduit par ses pâtes fraîches, ses pizzas savoureuses et ses cocktails originaux. L'ambiance romantique et glamour est parfaite pour une occasion spéciale et l'on est aux premières loges sur l'artère principale. (Tel : 2750-0817 ; www.cafeviejo.net ; plats 10-35 $US ; h18h-1h mer-lun).

Dee-Lite *glaces*

En descendant du bus, prenez le chemin de Dee-Lite (le long de la plage) pour vous rafraîchir avec une authentique glace italienne – notre préférée est la Smack. (Glaces 2-3 $US ; h10h-20h30).

De Paso *Européen*

Vous mangerez étonnamment bien et pour pas cher dans ce petit resto en bord de route, à la lisière est de la ville. (Plats 4-15 $US ; h11h-22h).

Flip Flop *International*

Au centre de Puerto Viejo. Côté carte: un peu des Caraïbes, de la Thaïlande, et d'autres bonnes cuisines entre les deux. (Tel: 2750-2031; plats 4-9 $US; h12h-22h lun-sam).

Soda Tamara *CostaRicain*

Vert, jaune et rouge sont les couleurs de ce lieu populaire. On y prend le petit-déjeuner en regardant Puerto Viejo s'éveiller. Les fruits de mer sont la spécialité maison, mais goûtez aussi au pain à la noix de coco d'un mœlleux inoubliable. (Tel : 2750-0148 ; petit-déj 3-6 $US, fruits de mer 8-10 $US ; h7h-22h).

Autres...

Vous pourrez faire vos courses au supermarché **Old Harbour** (h6h30-20h30) ou au MegaSuper (h8h-19h). Ne manquez pas le marché bio (h6h-18h sam) où vendeurs et producteurs des environs proposent des en-cas typiques de la région.

Les amateurs de saveurs caribéennes apprécieront **Soda Miss Sam** (2750-0108 ; plats 2-16 $US ; h9h-21h), tenu par Miss Glenda, et Miss Lidia's Place (2750-0598 ; plats 2-20 $US ; h9h-21h), tous les deux plébiscités pour leur sauce coco épicée et leurs prix raisonnables. Les deux Miss régalent depuis des années une clientèle de touristes et d'habitués.

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La sélection d'adresses pour prendre un verre à Puerto Viejo

Les adresses

- Tex-Mex *Bar*

(h18h-2h) Ambiance chahuteuse pour ce bar en plein air dans la rue principale. Musique live, billard et films sur grand écran sont au programme presque tous les soirs. On y vient aussi pour les mojitos et les bloody mary à base de jus de tomate frais.

- Baba Yaga *Bar*

(Tel : 8388-4359). Ladies' night le mardi, et reggae le dimanche.

- Dam Good Coffee *CafÉ*

(espresso 2 $US ; h8h-16h). Avant un long trajet en bus, buvez un expresso servi juste en face de l'arrêt sur la plage.

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La selection d'adresses Lonely Planet pour sortir à Puero Viejo

Presque tous les soirs, Jungle Internet projette des **films dans la rue**, à la tombée de la nuit. Passez en journée pour **consulter la programmation**.

Maritza's Bar dj *Concerts*

(2750-0003). Cette adresse sans prétention, près de la plage, accueille régulièrement DJ et groupes alternant reggae, rock et salsa.

Johnny's Place *dj*

(H13h-3h). Cette institution de Puerto Viejo, près de la plage, passe un mélange de reggaetón, de hip-hop et de salsa mixée par des DJ, tandis que Costaricains et visiteurs se déhanchent sur la piste et débordent sur le sable pour les feux de joie.

El Parquecito *concerts*

(h7h-24h). À l'extrémité est de la ville, cet agréable bar reçoit le week-end des groupes pour des improvisations autour de classiques du reggae et du calypso, entre autres.

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

La sélection d'adresses pour faire des achats à Puerto Viejo

Des étals de fortune bordent la route principale et vendent **quantités de babioles** et de fripes aux **couleurs rastas**.

Lulu Berlu Gallery *artisanat*

Sur la rue principale de Puerto Viejo, ce magasin vend artisanat, vêtements uniques, miroirs en mosaïque, parmi d'autres objets fabriqués localement. (Tel : 2750-0394 ; h9h-21h).

© Lonely Planet / Place des éditeurs pour Evaneos.com

Prévoyez un budget quotidien avec les conseils du guide Lonely Planet !

Costa Rica: Achetez le guide Lonely Planet

Acheter le guide Lonely Planet

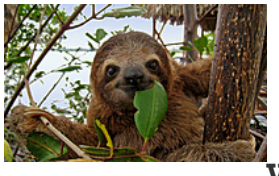
Si vous souhaitez découvrir et acheter le guide Lonely Planet Costa Rica, rendez-vous sur le site de Lonely Planet.

Agent local

Votre coup de cœur dans le pays ?

Les rencontres des costariciens se développant en autosuffisance ou développant leur écolodges

Un bon plan (Hôtel, resto, activité) ?



Doña Veronica, une des meilleures cuisinières de Puerto Viejo qui donne des cours de cuisine afro-caribéen et a son propre restaurant végétarien.

Votre devise voyage du voyage ?

Le vrai sens du **voyage,** c'est en étant écoresponsable !

Une activité/chose hors du commun que vous ayez faite/ vue ?

La descente de la rivière Pacuare avec une nuit chez les indigenes Jamakairi ... magique !

Votre plat préféré sur place ?

Rice and beans à la sauce coco ! Miam !!

Agences locales sélectionnées

100% sur mesure

Prix en direct

Garanties Evaneos.com